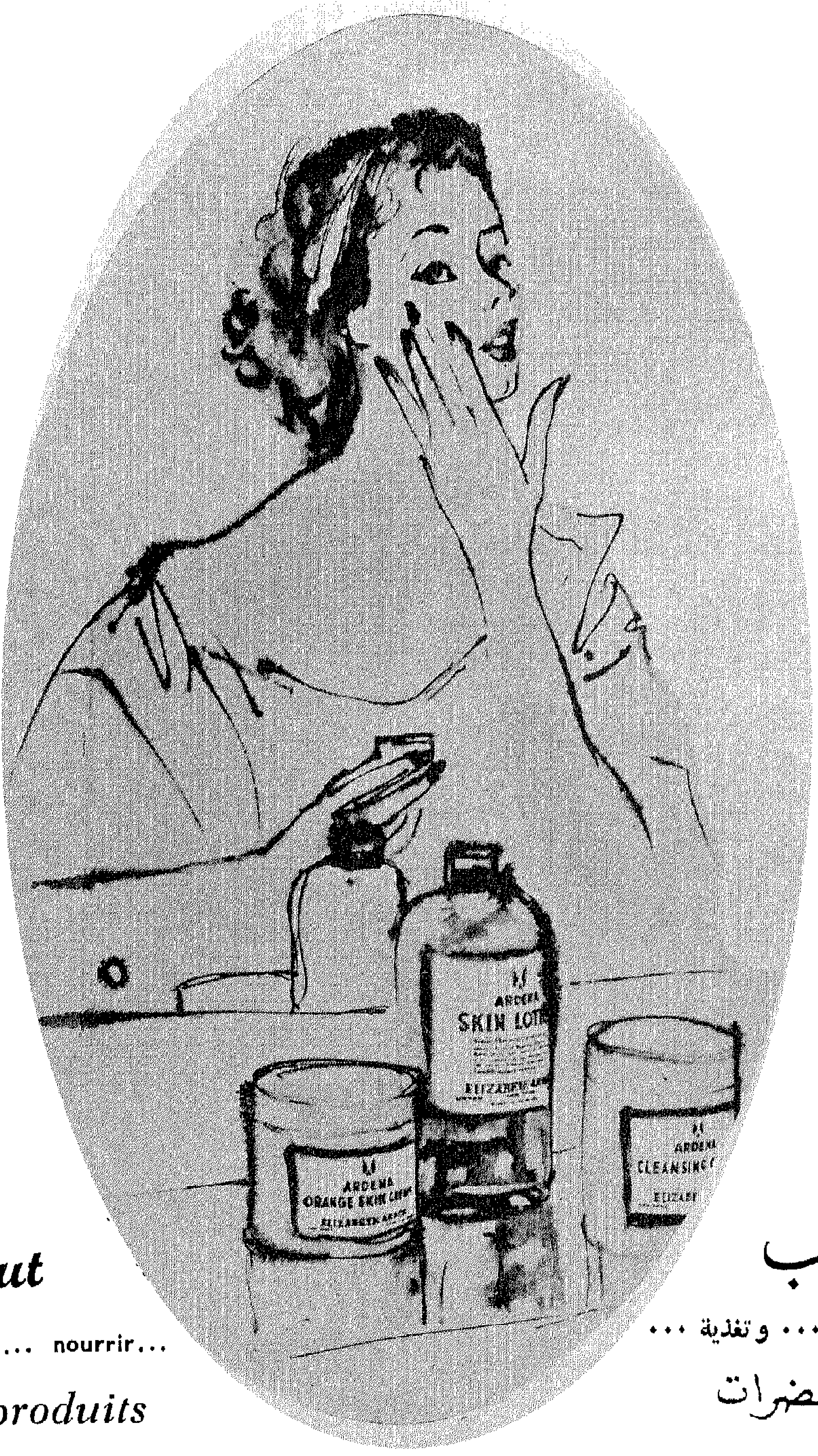
بنت النيل

مارس ١٩٥٤
١٠ قروش



يجب
تنظيف ... وتقوية ... وتغذية ...
بمستحضرات
اليزابث اردن

Il Faut
nettoyer... tonifier... nourrir...
avec les produits
Elizabeth Arden

نحو جامعة الشعوب العربية

فى بيروت وعمان والقدس ورام الله حيث ذهبت فى رحلتى الاخيرة الى الاقطار العربية ... وفى كل مناقشة وكل محاضرة وكل اجتماع يتصل الحديث فيها بينى وبين نساء ورجال هذه الشعوب الشقيقة حول الحركة النسائية والقضية العربية كانت الآراء تتجه فى اجماع حول معنى واحد بالذات ... فما أكاد أنتهى من دعوتى لتجميع قوانا نحن نساء ورجال الشعوب العربية لتوحيد الكفاح بيننا فى سبيل المعركة المشتركة التى تخوضها أوطاننا العربية ضد العدو المشترك . هذا العدو الذى يقيم الاحلاف العدوانية كل يوم ليوحد جبهته الاستعمارية ضد شعوبنا العربية رغم ما بين هؤلاء المستعمرين من مناقشات وخلافات ..

ما أكاد أنتهى من حديثى عن أهمية توحيد الكفاح النسائى مع الكفاح الوطنى لكسب القضية العربية حتى تتعالى صيحات التأييد . ولكن صيحات التأييد لم تكن كل شىء فثمة سؤال واحد كان يلح فى طلب الجواب عن الطريقة التى يمكن أن يتم بها تحويل الكلام والحماسة الى حقيقة مادية نافذة .. وهكذا تولدت فى نفسى فكرة انشاء جامعة للشعوب العربية تكون رسالتها هى التعبير عن ارادة الشعوب العربية وربط الكفاح العربى بين كل شعوبنا المناضلة فى سبيل حريتها .. ولما كان تحرير الاوطان هو تحرير نسائها ورجالها على السواء فان جامعة الشعوب العربية ستكون ساحة الجهاد التى تجمع بين نساء العروبة ورجالها فى الاشتراك جنبا الى جنب فى حمل راية الجهاد المقدس فليس غير الشعوب من يملك القوة والايمان اللازمين لكسب معارك التحرير ..

وللشعوب الكلمة الاولى والاخيرة فى معارك التحرير

درية شفيق

إهداء ٢٠٠٩
الأستاذة / بكنام عثمان على
جمهورية مصر العربية

بنت النيل السياسية

آمال ..!

عاشـــت المرأة المصرية ، بل المرأة فى كافة أرجاء العـــالم خلال الشـــهر المنصرم ، والامل يراودها ، بل ويكاد أن يفنيها وقد يكون من العجيب أن يوجد أمل يفنى ولكن هى الحقيقـة ... الحقيقة الكبرى لان هـذا الامل كبير وعظيـم الى الدرجة القصوى .

أقول عاشت المرأة وكلهـا أمل فى أن يسفر اجتمــــاع الاربعة الكبار : وزراء خارجيـة روسياوانجلترا وفرنسا وأمريكا عن خير ... عن اتفاق عــلى تدعيم السلام والمحبة بين شعوب العالم ... وجاءت الاخبـــار تترى ... الاتفاق كاد أن يتم بين الوزراء على توقيع معاهــدة الصلح النمسوية ... الروح التى تسود المؤتمر روح طيبـة تخالف روح المؤتمرات السابقة ... وهكذا الخ ...

ثم جاءت نذر الفشـــل ... أعلن الاربعة الكبار فشلهم فى الاتفاق على ارجاع الاحـــوال الى طبيعتها الاولى فى النمسـا ... أجل الاربعة العظام بحث مشاكل كذا وكذا ...

ولكن وسط كل هـــــذه الاخبار والنذر أعلن نبـــأ هام هو اتفاق المؤتمرين على عقـــد مؤتمر فى جنيف بســـويسرا تشترك فيه جمهورية الصـــين الشعبية لبحث مشـاكل الشرق الاقصى : مشاكل كوريا والهند الصينية وبورما والملايو واليابان ... فعاد الامل يملأ القلوب من جديد ... وعاد الدعاء تلهج به الالسنة ثانية ...

وبنت النيل تدعو الله أن يلهم هؤلاء الاربعة بل وغير هـــؤلاء الاربعة التوفيق ... لان فى هذا التوفيق الخير كل الخير لهـــا وللعالم أجمع ... فالمرأة تكون نصف مجتمع وادى النيـــل ، وتكون نصف المجتمع العالمى .

درية شفيق

شهر المؤتمرات والبيانات الاقتصادية والسياسية

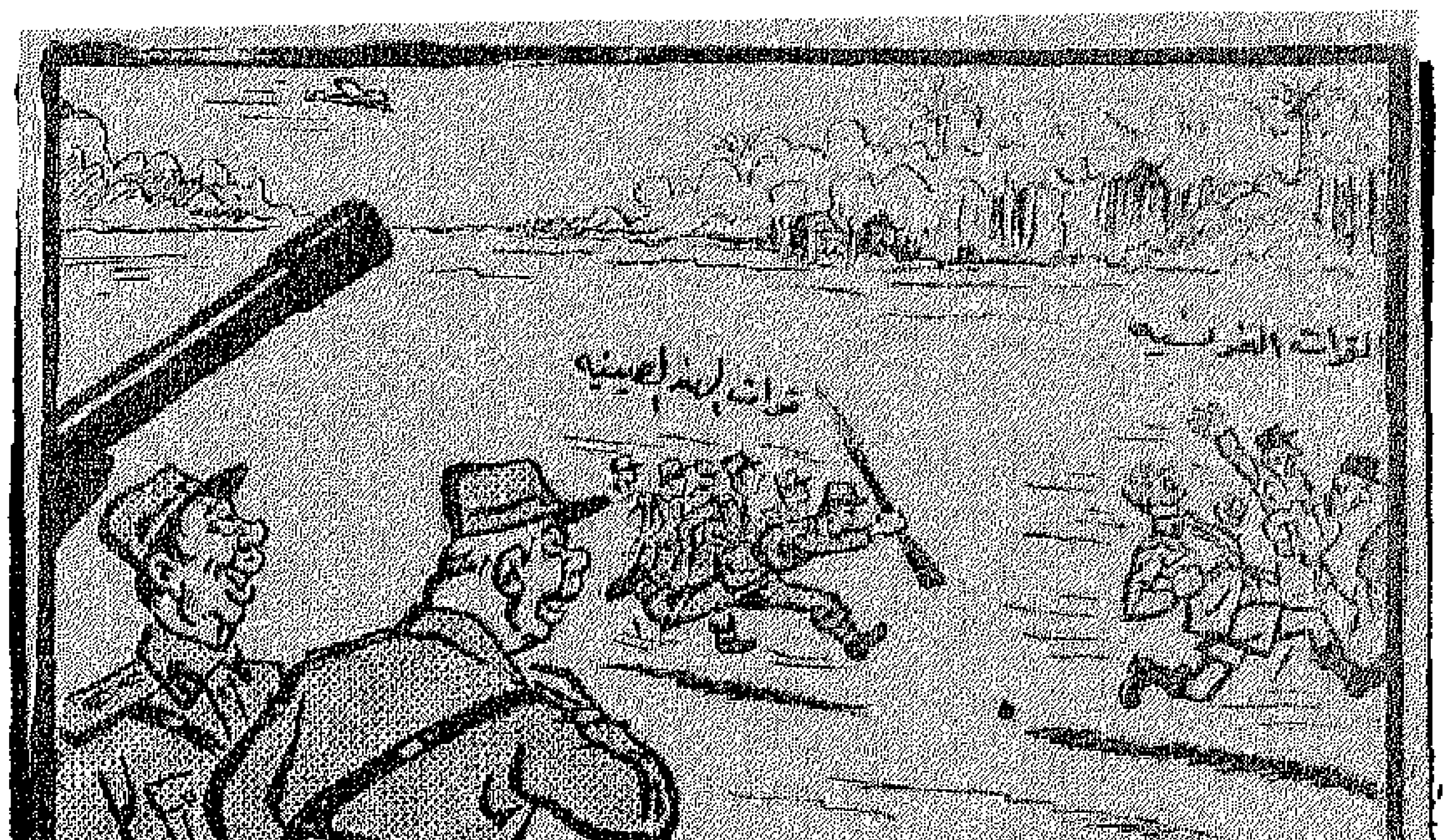
يعتبر شهر فبـــراير المنصرم بالنسبة لمصر شهرا اقتصـــاديا وسياسيا ناجحا ..

حدث فى هذا الشهر ان وقعـت مصر أول اتفاق كبير مع شـركة أمريكية يعطيها حق التنقيب عــن البترول فى الصحارى المصرية ... وقد أحدث توقيع هذه الاتفاقيـة أثرا كبيرا فى مصر والخارج فقـد شعر رجال المال بأن الثورة قـــد ولجت باب الاقتصاد وان الشركات الاجنبية قد آمنـت باســـتقرار الاوضاع فى مصر رغم ما يشيعـــه المغرضون من الاجانب المستعمرين واذناب الانجليز . كذلك طـــلع علينـــا مجلس الانتاج القـــومى فجـأة ببيان يعــلن فيه أن مشروع مصنع الحديد والصلب قد دخــل فى حيز التنفيذ وان تصنيع البلاد قد بدأ على قدم وساق . ثم يأتى بعد ذلك البيـان القاصم الـذى أخرس ألسنة الانجليز والقمهـــم أحجارا بدلا من حجر واحـــد .. وأنا أقصد البيان الذى اعلنـــت فيه مصر عن مساعدتها لشقيقتهـا السودان بتسليـــح فرقة مكونة من ١٠٠٠ جنـــــدى وضباطها وتزويد قوة دفاع السودان بخمس طائرات جديدة مع تخصيص ٥٠ محـــلا بالكلية الحربية لابناء الســـودان وكذلك الحال فى كلية اركان الحرب والضباط العظام ومختلف المدارس التابعة لاسلحة الجيش المصرى .

ويكفينـا تعليقـا على هـــذا البيان أن نذكر حقيقة غريبة هـى أن الســـودان حتى الان لا يمتـــلك مدفعا واحدا أو طائرة واحدة .. وان حكومة السودان الانجـــليزيه التى جثمت على انفاس اخواننـا طوال ٥٥ عاما كانت تستأجـــــر ـ أى والله تستأجر ـ من الجيش البريطانى عشرة مدافع .. لماذا ؟ لانها فقيرة !!

وبمناسبة الحـــديث عن السودان لابد من كلمة عن ذلك الخــــلاف الذى دب بين الحاكم العام ورئيس مجلس وزراء الســـــودان حـــول تكوين لجنة السودنة . ان الحـــاكم العام يحـــاول ان يفرض أســـماء معينة على شعب السودان ويحاول أن يستغل مركزه فى تعطيل الحكومة الجديدة وعرقلة سيرها ..

ويدخل فى هـــذا الباب تـــلك الاخبار التى أخـــذت تترى عـــن نشاط مدير مديرية خط الاستواء الانجليزى الذى أخـــذ يحـــرض أبناء الجنـــوب على اخوانهـــم الشماليين بحيث تطور الامـــر ووقعت اضطرابات لها دلالتها فى مدينة جوبا ..



فى الهند الصينية

القائد الصينى لزميله ـ أنا موش فاهم ايه الحكاية .. ده ميدان حرب والا ميدان سباق ؟؟!

وقد رد الصاغ صلاح سالم على هذه الاخبار بكلمة تدل على وعى واضـــح هى انه يرحب بهـــذه الحوادث لانها ان دعـت الى شىء فانها تدعو الى العمل الجـــدى فى سبيل التخلص نهائيا من آثـار الاستعمار فى السودان .. هـذا وسيســـافر فى أوائل مارس الاســـــتاذ الشيخ البـاقورى الى جنـــوب الســـــــودان لافتتاح أول برلمان ســـودانى .. ولا ريب فى أن هذه الرحـــله سيكون لها صدى قوى لافى السودان فحسب ولكن فى انجلترا وسـائر أنحاء ((العالم الحـر)) اســـما والمناصر للانجليز فعلا ..

أما ســوريا الشقيقة العربيـــة الطموحة فقـد ثبت لنا من حوادثها الاخيرة أن الاستعمارلا يزال يلعب بذيله فيهـا .. وان مؤامـــرات الانجليز ما زالت تدور فى الخفـاء لغرض واحد هو الاستعمار فرسالة الانجليز فى العالم هى رفع لــواء الاستعمار واعـلاء شأنه حيثـــما كان ..

فى سطور

◆ لعل أعجب محاكم الطـــلاق فى العالم بأسره هى محكمة أتاوة فى كندا فهى تتألف من ١٩ عضوا من أعضاء مجلس الشيوخ . وكانت لا تقر أية حالة من حالات الطـلاق الا لسببين هما الخيـانة الزوجية أو استعمال القسـوة ولكنـــها خرجت على هذا التقليد أخيـــرا وأقرت طلاق زوجة من زوجهـــا لعدم صلاحيته . وما كادت تفعل ذلك حتى انهالت عليهـا مئـــات من طلبات الطلاق !!

◆ تهـوى احدى المدرسـات فى بنها تربية القطط وهى تنفـــق عليها أغلب مرتبها وقد ســببت هذه القطط الازعاج للجيران ممـا أدى الى الشكوى منها وقد رفضت هذه المدرسة اطاعة أمــر مجـلس المديرية الذى يقضي بابعـــاد هـــذه القطط !!

◆ زار شيرى جواهر لال نهرو رئيس وزراء الهند المنطقة الـــتى وقع فيها الحـادث الـــذى راح ضحيتـه ما يقـرب من ٥٠٠ قتيل وألفا جريح من الحجاج الهنـــود عند تزاحمهم للنزول الى ميـناء نهر الكنج المقـدس للاغتسال أثناء الاحتفـال الدينى الكبير الـــذى يقام كل ١٢ سنة عنـــد ملتـقى نهرى الكنج وجومنا .

◆ يؤخـذ من الاحصـــاءات الرسمية ان الرسوم التى حصلت عن عقود الزواج فى السنة القضائية الماضية نقصت الى ٢٢ ألف جنيه . وبلغت قيمـة الرسوم فى عقـود الطلاق فى تلك السنة ٨٠٠٠ جنيه

◆ سيزور مصر رسميا يوم ٥ مارس القادم الملك حسـين ملك الاردن ...

◆ قدم قائد الفرقة الجوية محمد صدقي محمـود رئيس البعثة العسكرية المصرية الى الهند سيفا نيـابة عن القوات المسلحة المصرية – الى القوات المسلحة الهنـدية فى احتفال رائع .

◆ علقت المصادر المسـئولة فى لندن على قرار الحكومة المصرية أهداء السودان خمس طـــائرات وأسلحة لالف جندى ســــودانى فقـالت ان بريطانيا ترحب بمزيد الارتيـاح بكل مساعدة للسـودان وانه ليس فى نيـة بريطانيا حاليا القيـام بعمل مماثل لما قامـت به الحكومة المصرية نحو السودان

الجاهل – موش فاهم ليه الناس بتضحك لما أقول انى متخرج من الليسيه فرانسيه

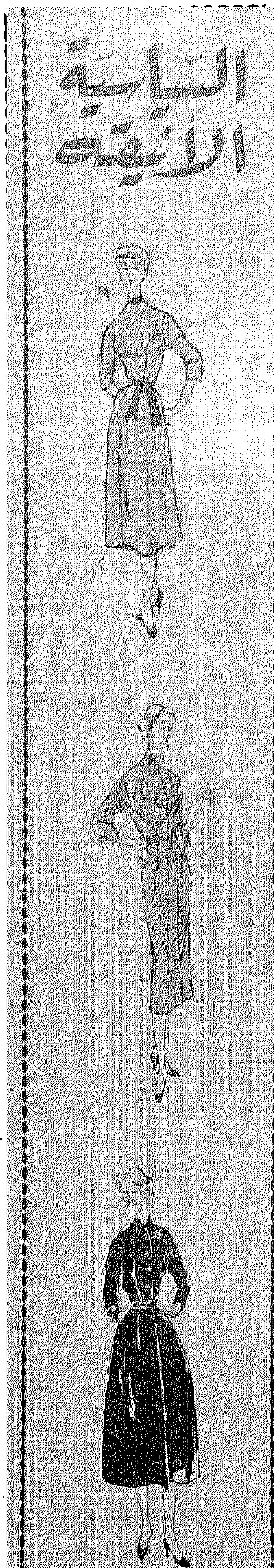
زميله – الحق عليك .. لازم يعنى تدعى أنك متعلم فى أوربا ..

ولقد واجه الزعيم الشيشكلى الموقف فى جبل الدروز بحـــزم وقضى على الاضطرابات بقـــوة وان أدى الامر الى خلاف بين القطر السورى والعراق .. وعلى كل حال فلا يزال الامل كبيرا فى القضـــاء على هذا الخلاف الذى أوجـــده الانجليز ودفعت اليه اسرائيـــل تلك الشوكة الدنيئة فى جســـم العروبة .

ولننتقل الى برلين حيث اجتمع وزراء خارجيـــة الـدول الاربع الكبرى .. لقـد اجتمعـــــوا حقيقة ولكنهم اجتمعوا ليتفـرقوا ثانية .. وقد راودت النفـــوس الامال العراض حين طلعت الجرائد بخبر الاتفاق على حل مشـــكلة النمسا ولكن ثبت ان هذا الخبـــر لا أساس له من الصحة وان مثـل هذا الاتفـاق بين هذه الـــدول التى تدعى الكبر والمتكبرة فى الواقع حلم من أحلام الخيال .

واهتزت النفوس طربا لسحـق جيـوش الاستعمار الفرنسى فى الهند الصينية وأخذت فرنســا تولول وتصرخ ولكن لم يظهر فى الافـــق من يرحمها لانها لم ترحم هـــذه الشعوب المستعمـرة فى يـوم من الايام ..

واخيرا وليس آخرا فلنرســـل على صفحات بنت النيل السياسية قبلة الى جواهر لال نهـرو رئيس وزراء الهند فقد اعلن بكل قـــوة أن سياسة حكومته هى عـدم قبول اية معـونة عسكرية أمريكيـــة وان الهند ستعتـمد على نفسهـا فى تقوية نفسها ..



في المطار

مع الجامعيات اللبنانيات

نساء من الشرق

بنت النيل في لبنان

الدكتورة زاهية قدورة

في أواخر يناير قامت الدكتورة درية شفيق برحلة الى الاقطار العربية بدعوات من لبنان وعمان وكثير من البلاد العربية لالقاء محاضرات حول المرأة والقضية العربية .. ومن بيروت وعمان وبيت لحم والقدس نرام الله وحيث ذهبت الدكتورة درية كانت وسائل مندوبات بنت النيل ومندوبيها تصل الى دار بنت النيل تباعا تسجل انباء الرحلة وصور الشخصيات العربية التي التقت بها .. وعادت الدكتورة رئيسة التحرير بعد أن اكتملت لدينا هذه المجموعة المصورة التي تحكي قصة هذه الرحلة والتي يهم الدكتورة درية أن تقدم فيها هذه الصور لنساء من الشرق بعد أن رفضت أن تفضي الينا بحديث من الجانب الشخصي لرحلتها .

على أرض لبنان

هذه الرسالة الاولى لمندوبة النيل فيبيروت ودمشق الانسة ليلي أبو اسماعيل تسجل الصورة الاولى فيها استقبال بنت النيل على أرض مطار لبنان وقد خرجت وفود الهيئات النسائية الى المطار لاستقبالها تتقدمها الداكتورةزاهية قدورة صاحبة دعوة الدكتورة درية لاقامة محاضرة عن المرأة والقضية العربية ببيروت ..

تقديم

وكان العمل الاول الذي ينتظر الدكتورة درية في بيروت هو القاء محاضرتها التي دعيت اليها وعلى منصة الخطابة بقاعة وزارة التربية الوطنية ببيروت تجلس الداعية الدكتورة زاهية قدورة خلف الميكروفون تقدم المحاضرة المصرية للجماهير العربية .

مع الجماهير المتجاوبة

اذا كان ضيق المجال هنا يحول دون تقديم هذه المحاضرة علىهذه الصفحات .. فاننا نكتفي بتقديم هذه الصورة لجانب من قاعة المحاضرة لعل نظرات الجماهير فيها تعكس لنا هذه المعاني التي ينصتون اليها من بنت النيل وهي تنادي الشعوب العربية بالشعار الذي يجب أن يسود بيننا . أن الحرية كل لا يتجزأ فما القضية النسائية الا جزء من القضية الوطنية..وما القضية الوطنية الا الجزء الذي لا يتجزأ من القضية العربية . قضية تحرير الشعوب العربية نسائها ورجالها .

مع الطليعة المثقفة

وهذه الصورة تتقدم فيها الجامعيات اللبنانيات الطليعةالمثقفة التي تقع على عاتقها دائما رسالة نشر المعرفة وحمل لواء النهضة الفكرية التي هي أساس الارتقاء والحضارة .

والصحافة

في كل مكان وفي نهايةكل محاضرة او اجتماع كانت الصحافة تحاصر بنت النيل في مؤتمرات صحفية تلقائية حيث تدور المناقشات

مع طالبات الجامعة

مع حرم رئيس جمهورية لبنان

مع رئيس الجمهورية

محاضرة الدكتورة درية شفيق بقاعة التربية الوطنية

حول شئون المراة والقضية العربية وفكرة جامعة الشعوب العربية . هذه الفكرة التى ولدتها فى نفس بنت النيل كثرة تفكيرها فى ضرورة تكتل قوى الشعوب العربية فى سبيل كسب معركة التحرير للاوطان العربية المناضلة .

ففى الصورة الاولى عن الصحافة تلتف الصحفيات اللبنانيات بالضيفة المصرية واما الثالثة فتمثلها مع الصحفى والسياسى الكبير صاحب جريدة الحرية اللبنانية .

حديث الرئيستين

عندما تجتمع سيدتان — اى سيدتين — فلاشك أن الحديث بينهما يدور حول أحوال أقرب الشئون الى المرأة شئون الاسرة ومشاكل المراة وامال كل منهما فى المستقبل فما الحال اذا اجتمعت سيدتان مثل حرم كميل شمعون رئيس الجمهورية اللبنانية والدكتورة درية شفيق . وهما يشغلان المكان البارز فى معالجة القضية النسائية انه ولاشك يكون حديث الحركة النسائية ومطالب المراة وآمال المجتمع كله .

مع رئيس الجمهورية

وقبل أن تبارح بنت النيل لبنان تشرفت بمقابلة السيد كميل شمعون رئيس الجمهورية الذى تفضل بتحميلها أطيب تحياته الى مواطنيها وقادة مصر وتطرق الحديث حتى شمل راى الرئيس اللبنانى فى مشروع جامعة الشعوب العربية حيث صرح سيادته بأنه لا يوجد من يستطيع أن يعارض فى قيام جامعة شعوب عربية الى جانب وجود جامعة الدول العربية، فان جامعة الدول العربية تستطيع أن تستمد قوتها من الشعوب العربية فى هذه الحالة فليس أقوى من الشعوب اذا توحدت قوتها .

الدكتورة زاهية قدورة

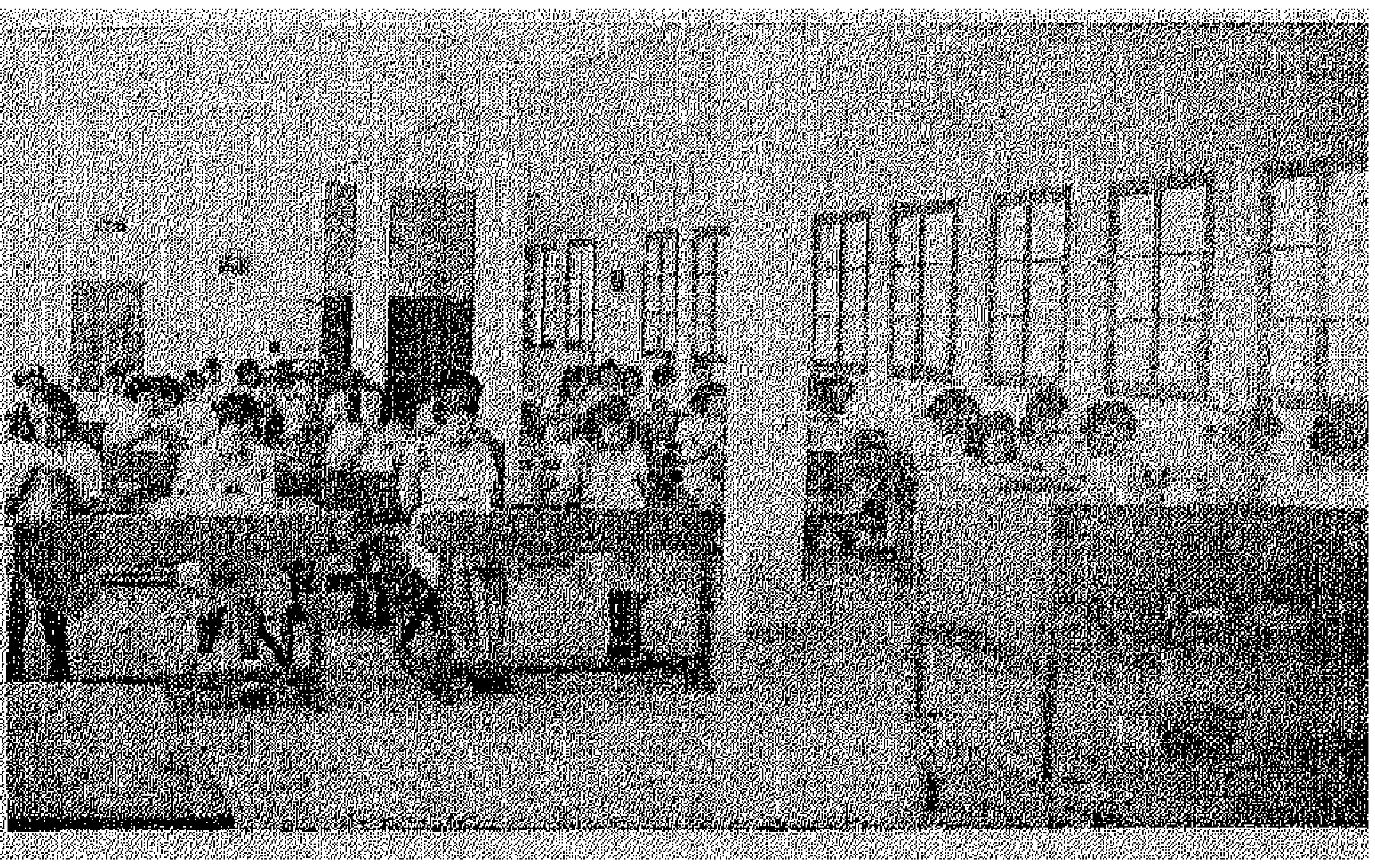
لقد وحد بينهما الكفاح المشترك فى سبيل القضية الواحدة . قضية المراة .. وهاهى هذه الصورة تجمع بينهما وقد جلستا تتدبران وسائل الكفاح وطرق توحيده بين نساء لبنان اللائى تحقق لهن حقهن كاملا وبين اخواتهن فى مصر وهن على أبواب المركة الفاصلة فى هذا السبيل .

(البقية ص ١٥)

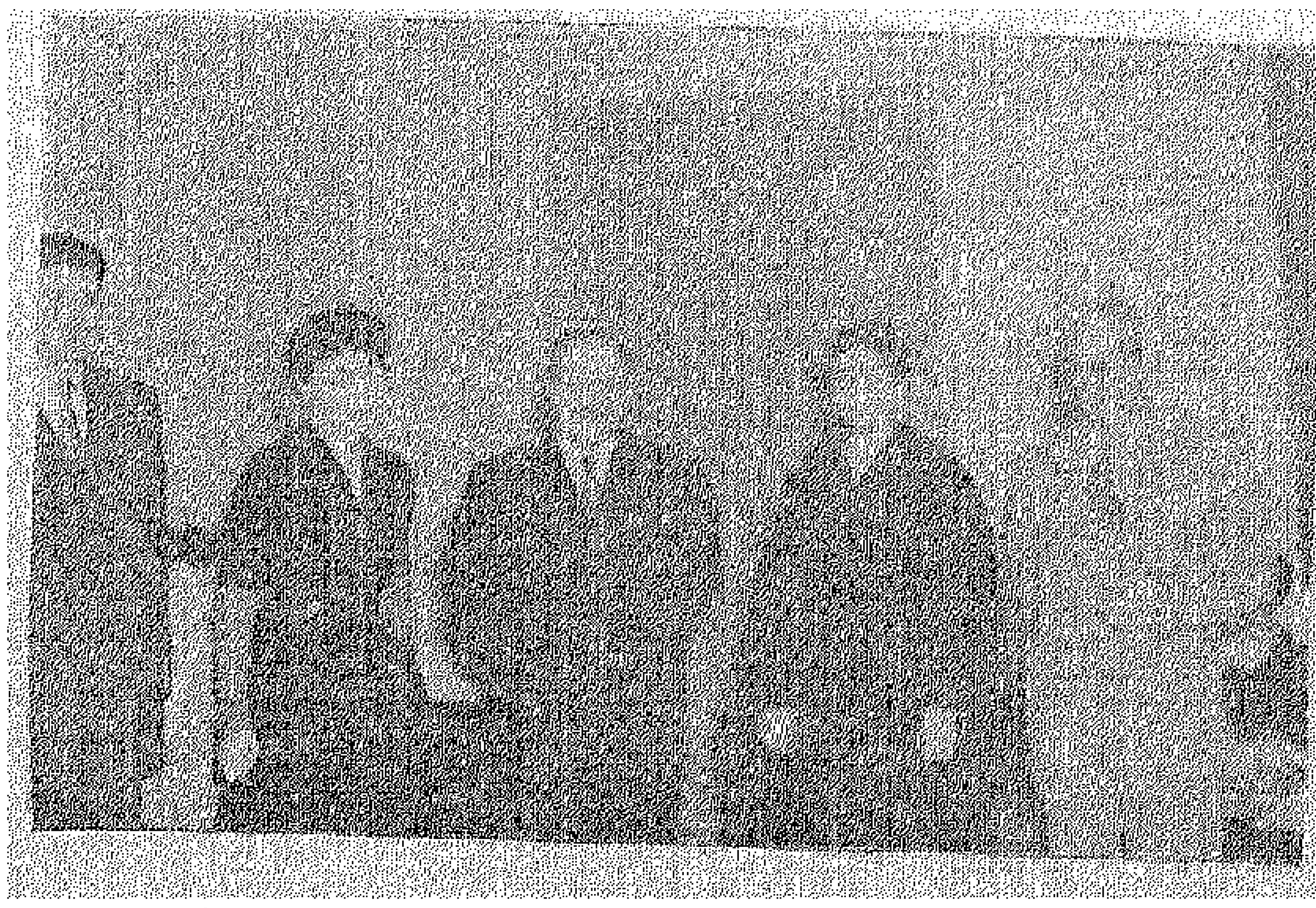
مع صاحب جريدة الحرية

مؤسسة لبنانية

درية شفيق وزاهية قدورة



مع حـــرم رئيس البلدية بعـــمان



مع رئيس وزراء الاردن وســـفيرمصر فى عمان

نساء من الشرق

بنت النيل فى الأردن

الى الاردن

وننتقل مشاهد قصتنا المصورة الى وطن عربى آخر .. فقـــد كان على رئيســة بنت النيـــل ان تودع لبنان وشعبها العظيم لتلبى دعوات أخرى كريمة منها دعوة المعهد العلمى واللجنة الثقافية فى عمـــان منذ الدعوة وصلتهـــا وهى بعـــد فى مصر عن طريق مندوب بنـــت النيل فى عمان الاستاذ زهير شقير .

فى عمان

وفى عمان كانت الوفود النسـائية فى انتظارها .. ولعل الكثيرين فى مصر لا يعلمون أن الاردن اليـــوم تشهد نهضة نسائية قوية بالنسبة لحداثة عهد الاردن بها .. وهذه أولى صور قصة زيارة بنت النيل لعمان . وهى تضم شخصـــيات نسائية بارزة منها السيدة حـــرم رئيس البلدية فى عمان التى كانت هى وزوجها الفاضل فى مقـــدمة المرحبين بالضيفة المصرية .

مع رئيس الحكومة

أما الصورة الثانية فهى تمثـل احتفاء السيد فوزى الملقى رئيس الوزارة الاردنية .. هذا الاحتفـاء الذى تعتبره الدكتورة درية أصدق تصوير للشعور العميـق الـــذى تكنه الشعوب العربية نحو مصــــر الشقيقـــة الكبرى .. ان رئيس الحكومة الاردنية يؤكد للـــدكتورة درية فى الحديث « غير الرسمى » الذى يدور بينهما هنا حول فـــكرة جامعة الشعوب العربية أن توحيد الشعوب العربية هو صميم القضية العربية .

مؤتمرات نسائية فى كل حقل

وفى فندق فيلادلفيا بعمان اقيم حفل كبير لتكريم بنت النيل جمع الهيئات والشخصيات النسائيـة فى الاردن والبـــلاد الفلسطينيـــة المجاورة . وقد اشتدت الحماسة لهذا الاجتماع التاريخى حتى لقـــد طالب الرجال بالاشـــتراك فيـــه للاستماع للمناقشة التى ظـــلت الدكتورة درية تتولى ادارتهـــا والاجابة فيها على ما يلقى اليهـــا من الاسئلة والاستيضاحات أكثر من ساعتين متواصلتين فكانت غرة هذا المؤتمر النسائى الشـــعبى أن اختتم باعـــلان السيدة اميلى بشارات عزم نساء عمـــان عـــلى تأليف اتحاد بنت الاردن على أن يقوم على غرار اتحاد بنت النيـــل المصرى ...

وفى عمان ألقت الدكتورة درية محاضرة عن المرأة العربية مالهـــا وما عليها بدعوة من المعهد العلمى . وقد كان رائعـــا أن نسبة الجماهير المستمعة الى المحاضرة كانت المرأة الاردنية تمثل الاغلبية فيه رغـــم شدة الاقبال الذى جعل القـــاعة تضيق بمن فيها .. وتقـــول الدكتورة درية فى تصريح لهـــا من هناك أن الاردنيـــات السافرات كن يجلسن الى جوار اخوانهن الرجال جنبا الى جنب فى ترحيب وتقدير عظيم من الرجال .

مقـــابلات

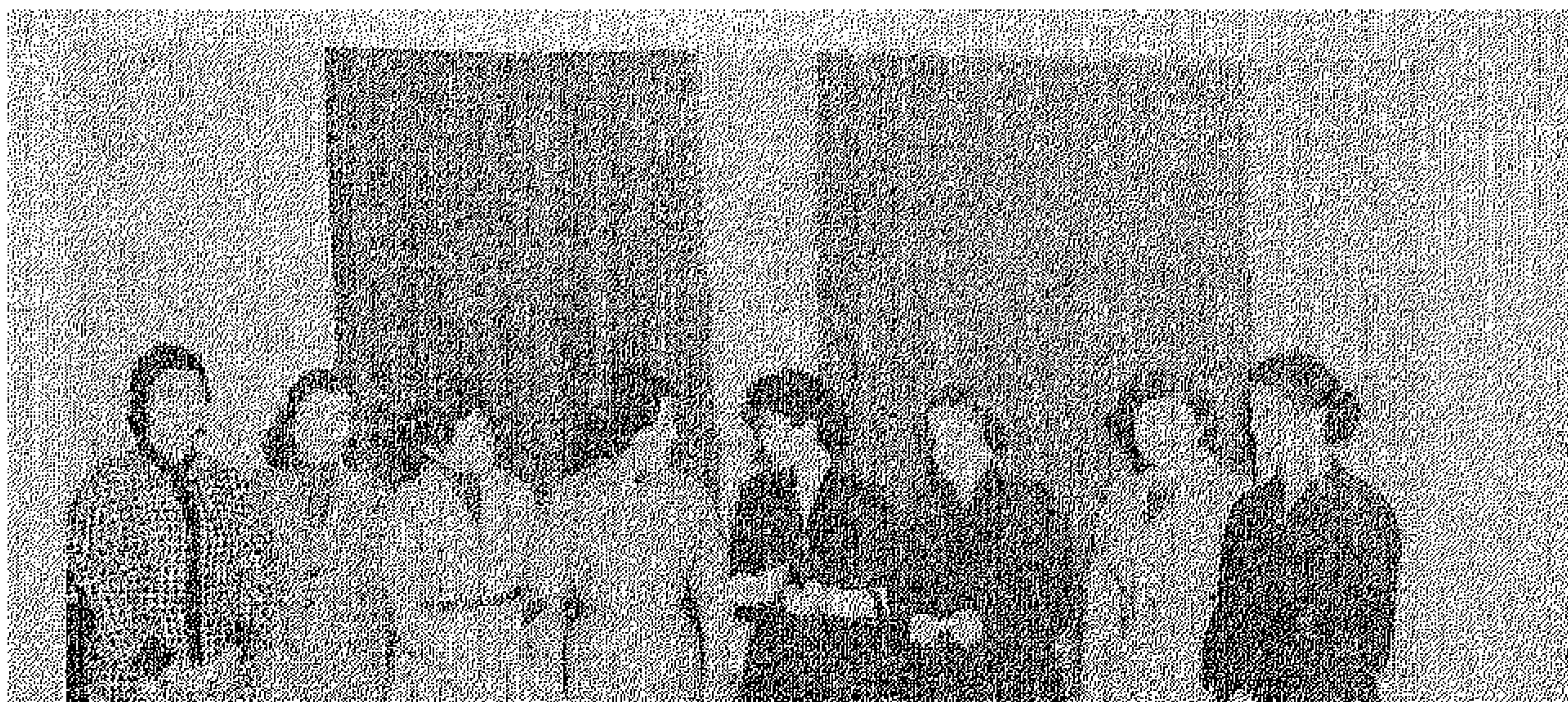
وقبل أن ننهى الدكتورة زيارتها لعمان دعيت للتشرف بمقابلة جلالة الملكة زين ملكة الاردن .. والملكة زين هى الراعية الاولى للنشاط الاجتماعى واعمال الخير فى الاردن . كما تعتبرها نساء الاردن الراعيـة الروحية للحركة النسائية الناهضـة فى بلادها .. والصـــورة الرابعـة تمثل الدكتورة مع بعض ســـيدات الاردن وهن السيدات جهســـان عازر واميلى ســـيفلى واوجينى حداد .

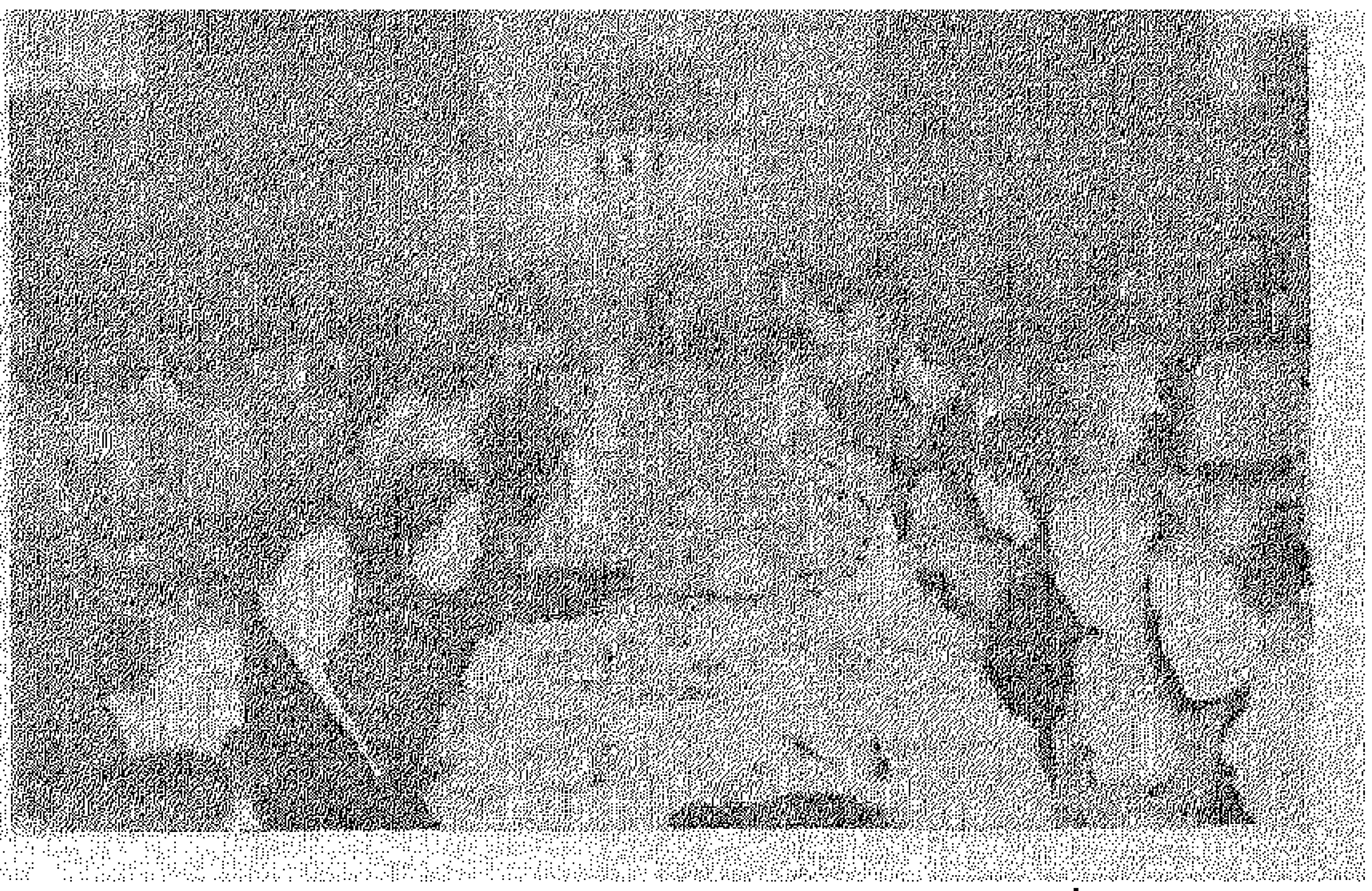
فى حرم القـــدس

وقد انتهزت الدكتـــورة درية فرصة وجودها فى الاردن فقـــامت بزيارة للحرم القدسى تصحبهـــا السيدتان المجاهدتان هند الحسينى مؤسسة دار الطفل العربى والسيدة زليخا الشهابى رئيسة دار رعاية الطفل وهى المؤسسات التى تعمل لجمع الاطفال الذين شردتهم حرب فلســـطين ولا يكاد يذكر اســـما هاتين السيدتين فى بلاد فلسطين والاردن حتى تبرز قصص البطولة والتضحية التى يحفظها ضـــمير الانسانية لهما وقد أوقفتا حياتهما وما لهما فى سبيل تخفيف ويـلات الحرب عن الطفولة الفلسطينيـــة

فى ضيافة سمو الاميرة بســـمة

فى زيارة جمعيـــة المرأة الاردنية





في فندق فيلادلفيا بعمان

مع السيدات جهان عازر وأملي صيقلي وأوجني حداد

البائسة ويكفى انهما أصرتا على البقاء فى قلب المرأة لتأدية رسالتهما النبيلة فظلتا فى القدس وأهوال الحرب تحيط بهما وفى الصورة يبدو مدخل الحرم القدسي الكريم ..

مبرة الاميرة بسمة

أما الصورة السادسة فقد أخذت لزيارة الدكتورة درية لمؤسسة مبرة الاميرة بسمة ويرى معها السيدة أميلى بشارات وهي مضيفة الدكتورة درية أثناء رحلتها الى عمان .. والسيدات سلوى دجانى وأميمة خياط ووداد طوقان ومى علم الدين وعلية الخيرى .

جمعية نهضة المرأة الاردنية

وفى طواف الضيفة المصرية استطاعت الفوز بزيارة الكثير من الهيئات والجمعيات النسائية الاجتماعية وهي هنا يحيط بها أعضاء الجمعية السيدات حرم مصطفى خليفة والسيدة سميحة مجالى والسيدة تلهونى وحرم على منكو والسيدة مجدولين مفتى .

جمعية اليتيم العربى

وهذه صورة أخرى لزيارتها لجمعية اليتيم العربى والى جوارها السيدة اميلى بشارات والسيدة سلوى شوبجات .. وهذه الجمعية تتولى رعاية الاطفال اليتامى الذين خلفتهم المذبحة الصهيونية ..

جمعية الشابات المسيحيات

وللشابات المسيحيات جمعية كبيرة فى عمان ويرى من اعضائها هنا مدام حكيم ومدام حرمسورة ومدام بنة وتقوم هذه الجمعية بأعمال الخير ونشر الثقافة ..

ومن الشخصيات النسائية البارزة فى الشرق الاوسط السيدة ابتهاج قدورة رئيسة الاتحاد النسائى العربى والسيدة حرم الاستاذ سكر وزميلاتها من عضوات الهلال الاحمر بعمان والسيدة لور ثابت ببيروت والسيدة عدوية الطباخ زعيمة النهضة النسائية فى دمشق وقد فازت فى الانتخابات السورية بخمسة وعشرين الف صوت . والانسة لبنى ناصر مؤسسة دار الزهور فى القدس والسيدة حرم النائب عبد الرمازى بفلسطين والسيدة حلوة جاكمان ببيت لحم والكاتبة المعروفة فائزة عبد المجيد بنابلس والحاجة عندليب العمد والحاجة راشدة معزوز المصرى بنابلس والسيدة جميلة بشنان بطولكرم ورئيسة الاتحاد النسائى العربى بالخليل .

حفلة استقبال فى عمان

فى جمعية الشابات المسيحيات

فى زيارة جمعية اليتيم الاردنى

فى الحرم بالقدس

المجتمع فى شهر

◆ سافرت الى نيوكاسل الانسة عايدة بشاره لدراسة طريقة توزيع الصناعات المصرية ـ جغرافيا ـ والحصول على الدكتوراه فى هذه المادة

◆ ومن اليابان ، تلقت السيدة ماتلدة جريس بعد أن زارت الهيئات النسائية هناك ـ تلقت بيانا عن نشاط المرأة اليابانية ، وكيف دخلت البرلمان وتولت الشئون العامة وسوف تقدم السيدة ماتلدة تقريرا عن هذا الى المسئولين للاهتداء به ٠

◆ سافرت الى الحبشة الانسة مونا دوس للاشراف على معهد التدبير المنزلى هناك

◆ تستعد السيدة اميلى بشارات فى عمان لتأليف اتحاد بنت الاردن على أن يكون على غرار اتحاد بنت النيل ٠

◆ كان فى مصر وعاصمة مصر هذا الشهر أربع ملكات للجمال :

١ ـ ملكة جمال باريس ، مس دانييل بأنيفال وعمرها ٢٧ سنة

٢ ـ ملكة جمال النرويج ، مس جريد هستاد وعمرها ٢٥ سنة

٣ ـ ملكة جمال البحر الابيض ، مارتن جريمويرز وعمرها ٢٦ سنة

٤ ـ ملكة جمال العالم ، مس كيكي هاكنسن وعمرها ٢٢ سنة ٠

◆ جاءت الى مصر طالبات من الصومال لطلب العلم فى المدارس والمعاهد المصرية ٠

◆ انتدبت السيدة البتول محمد عيسى نائبة عميدة مدرسة القابلات بأم درمان والسيدة حواء على بصير لتمثيل السودان فى مؤتمر القابلات الدولى الذى سيعقد بجامعة لندن وهذا أول مؤتمر عالمى تشترك فيه المرأة السودانية ٠

◆ تقوم بعض المنظمات النقابية الممثلة لاكثر من مليون من المشتغلات بالاعمال الحرة فى بريطانيا بحملة فى سبيل مساواة النساء بزملائهن من الرجال فى الاجور عن الاعمال المتساوية وهى تعد التماسا بذلك سيقدم الى البرلمان يوم ٩ مارس ٠٠

◆ قضت احدى المحاكم المدنية الفرنسية بالسجن سنة ضد السيدة فيوليت برادشو بتهمة ارتدائها ملابس الرجال بقصد تزييف شخصيتها النسائية بشخصية الرجال !

◆ تجرى فى الاردن الاستعدادات لاشتراك نساء الاردن فى الحرس الوطنى على أن يتم ذلك بنسبة ٥ من النساء الى كل مائة رجل فى الحرس الوطنى ٠٠

من اليمين الى اليسار : الدكتور احمد حسام الدين سكرتير عام جامعة القاهرة والاستاذ محمد زكى عبد القادر والدكتور عبد الحميد الدواخلى والدكتورة درية شفيق والدكتور عبد المنعم بدر عميد كلية الحقوق ثم الاستاذ يوسف فهمى

٣ شهور

تكفل لك ياسيدتى مهارة لا نظير لها فى مزاولة الخياطة على احسن الوجوه

تعلمى التفصيل والخياطة

بمدرسة فيرا

٢ شارع فؤاد الاول عمارة الكونتيننتال ٧٤١٠٤

قريبا يفتتح فصل جديد

باب الاشتراك مفتوح

بادروا بتقييد اسمائكم

لنكوم

ذات الشهرة العالمية

قد أصبحت الآن

فى متناول يدك

لنكوم ٠٠٠ أحمر الشفاه

لنكوم ٠٠٠ أحمر الخدود

لنكوم ٠٠٠ كريم الجمال

ان مستحضرات لنكوم

هى وحدها التى

تهبك الجمال

LANCÔME

PARIS

BEAUTE MAQUILLAGE · PARFUMS

قالت لي

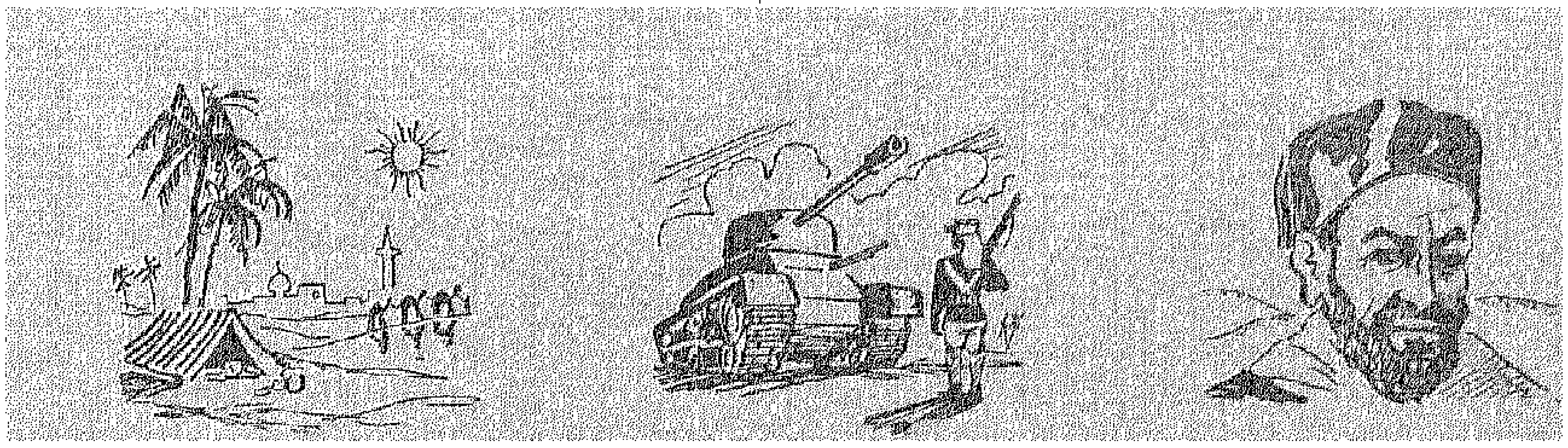
هل تصدق أن عددا كبيرا من سيدات مجتمعنا الراقى لا يقران الجرائد اطلاقا ؟ هل تصدق أن بعضهن لا يعرف شيئا عما يدور فى الداخل والخارج من أحداث ؟ وأن لا هم لهن الا تسقط أخبار الجيران والمعارف والاصدقاء ؟ والتحدث عن زيزى التى اشترت معطفا من الفراء بثلاثمائة جنيه ، فى حين أن زوجها لا يزيد مرتبه عن الستين جنيها !.. وعن ستسن التى تمضى يومها بالنادى غير عابئة بتربية أولادها ولا مهتمة بطعام زوجها ولا باعداد ملابسه .. وعن سوسو تلك العانس المتصابية التى ما زالت تبحث عن زوج تغيظ به صديقاتها .. انها تؤمن الايمان الذى لا يخالجه شك بأن الرجال يفضلون المال على الشباب والجمال !.. وعن ميمى ذلك الشاب المفتول العضلات الذى يعيش عالة على والديه .. انهن يكتفين بعالمهن الصغير ، عالم القيل والقال. أما الحوادث التى تقرر مصير الانسانية فهى عندهن من التفاهة بمكان !

قلت لها

لا ... لا اصدق ما تقولينه فى هؤلاء السيدات . فقد شاهدت اكثر من واحدة تتصفح جريدة زوجها الصباحية لتبحث عن باب (اين تذهب هذا المساء) ولتقرا بعد ذلك اعمدة الوفيات واخبار المجتمع . انه لا شك مجهود يشكرن عليه ! ولكن الادهى من ذلك ان هناك متعلمات ومتعلمين لا يقراون الصحف الا لماما ولا يطالعون الكتب الا نادرا .. هناك بعض خريجى وخريجات الجامعة قد طلقوا القراءة طلاقا بائنا مكتفين بما حصلوه من علم ومعرفة أيام الدراسة .

خليل صابات

امتحن معلوماتك التاريخية



١ ـ ما اسم أهم طائفة دينية فى المملكة الليبية ؟
ا ـ السنوسية .
ب ـ الباطنيه .
جـ ـ الاسماعيلية .

٢ ـ ما اسم الدولة التى تسيطر على ولاية فزان فى مملكة ليبيا ؟
ا ـ انجلترا .
ب ـ أمريكا .
جـ ـ فرنسا .

٣ ـ ما اسم الولاية التى يتركز فيها الايطاليون فى ليبيا ؟
ا ـ فزان .
ب ـ طرابلس .
جـ ـ برقة .

لا داعى لأن تعابسى

قرأت خبرا في احدى مجلاتنا الاسبوعيةهذا نصه: كتبت سيدة أمريكية لاحدى الصحف تقترح أن تفرض السلطات بطريقة ما ضريبة معينة على الاشخاص الذين يطلعون على الناس بوجوه عابسة متجهمة دائما فهى ترى أن هؤلاء الاشخاص ـ من الجنسين ـ يتسببون سواء أكانوا يريدون ذلك أم لا يريدون فى تعطيل حركة الانتاج القومى العام ، بمضايقتهم لغيرهم ، ولذا يجب أن يدفعوا ثمن ذلك ».

والخبر فيه طرافة ، ولكن الى جانب هذه الطرافة نجد فلسفة ، وفلسفة عميقة اذا أمعنا التفكير فيه والتأمل فى كل معنى يمكن أن تحويه ألفاظه .

ان مشاغل الحياة قد كثرت فى عصرنا هذا حتى لم يعد هناك انسان يستطيع أن يقول ان وقته يمكن أن يكفيها .. وما من فرد يقابله الانسان الا وهو فى عجلة وسباق عنيف مع الزمن بينما الحقيقة هى أنه مهما أجهد نفسه فلن يستطيع أبدا أن يفوز فى هذا السباق .

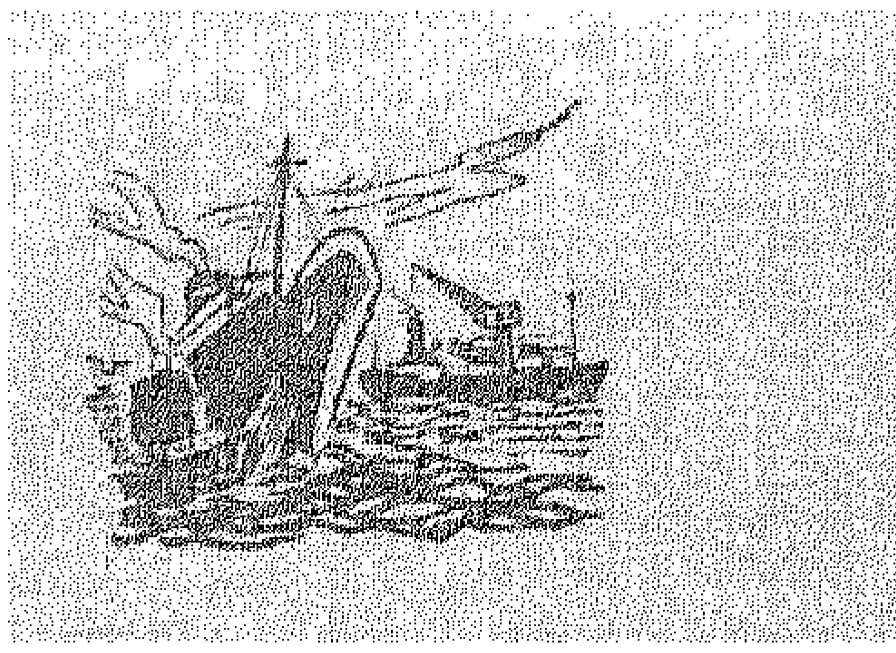
الجوهر الاكبر الذى تلف حوله الحياة وتدور يقول انه ليس بالامكان سبق تيار الحياة ، كما أنه ليس بالامكان الوقوف فى وجه هذا التيار، وان الحكمة كل الحكمة فى السير مع هذا التيار ، وان النجاح كل النجاح هو ادراك هذه الحقيقة الخالدة ...

ولكننا نعود فنقول ان قلة من الناس هى التى تفهم انه مهما طال المطاف فلا مناص من الوصول الى هذه الحقيقة فى آخر الشوط ... وقد يقول قائل : ولماذا اذن هذه الاختراعات الكثيرة ؟ لماذا ولماذا ؟؟ الخ ..

وسنرد عليه بأن كلامنا ليس معناه أن يقف العقل البشرى والمجهود الانسانى عن العمل والانتاج لان تيار الحياة لا يمكن أن يقبل هذا الوقوف وانه دائب فى سيره الى الامام ومجرد الاندفاع معه فى طريقه يستلزم الجهاد والتعب ولذا فلا بد من العمل ولا بد من الانتاج .

ان ما أريد أن أصل اليه هو ان العمل فريضة من فرائض الوجود وان التعب أصل من أصول الحياة فما دامت هناك حياة فلا بد

٤ ـ ما اسم رئيس الوزراء المصري الذي تنازل عن « جغبوب » لايطاليا ؟
ا ـ النقراشي .
ب ـ اسماعيل صدقي .
جـ ـ زيور .



٥ ـ ما اسم اهم ميناء على طول ساحل مملكة ليبيا ؟
ا ـ طرابلس .
ب ـ بنغازي .
جـ ـ طبرق .

الاجابة ص ٦٤

من العمل والموت وحده هو الذي يضع حدا للعمل ..

وعلى هذا فلا داعي أبدا لان تعبسي يا سيدتي وأنت تعملين ولا داعي أبدا لان تلقى زوجك وأبناءك وزميلاتك صباح كل يوم « والتكشيرة » التقليدية منطبعة على أساريرك ..

ولا داعي أبدا لان تعتقدي أن العمل من لوازمه هذه « التكشيرة » العابسة وهذا الجو الخانق المثير للاعصاب المقبض للنفس الذي تثيره هذه التكشيرة ..

ان العمل هو الحياة فاذا كنت مقتنعة بأنك حية وراغبة في الاستمرار في الحياة فلا بد لك من لقاء الدنيا بوجه آخر غير هذا الوجه العابس وبأسارير باسمة ضاحكة فيها حركة الحياة واندفاع الزمن ..

اننا نؤيد هذه السيدة الامريكية التي اقترحت على السلطات أن تفرض على الاشخاص الذين يطلعون على الناس بوجوه عابسة ضريبة معينة ..

فهذه السيدة تفهم الحياة ولا شك، وتدرك كنه الوجود بلا ريب ..

ولو استطعت أن تكوني مثلها لنعمت بالسعادة ولاستمتعت بالحياة التي يصورها الناس قبيحة متعبة بينما هي في الواقع جميلة طلقة متفتحة لمن يفتح قلبه وأساريره لها ..

والان ما رأيك في اقتراح بسيط ندعوك الى تنفيذه ونشره بين صديقاتك وقريباتك ومعارفك !

ما رأيك في أن تفرضي على نفسك أولا ثم على كل المحيطين بك ثانية ضريبة بسيطة أو غرامة تافهة هي نصف قرش عن كل تكشيرة في غير موضعها .. ومارأيك في تجميع حصيلة هذه الضريبة أو الغرامة في « حصالة » صغيرة واستخدامها نهاية كل شهر أو أسبوع في الترويح على النفس بالذهاب الى السينما، أو التنزه في حديقة من حدائق الملاهي وما الى ذلك من ألوان الترفيه ..

اننا ندعوك الى الاخذ بهذا الاقتراح وتنفيذه ثم الكتابة لنا بالنتيجة بعد شهر أو شهرين .. ونحن في الانتظار .

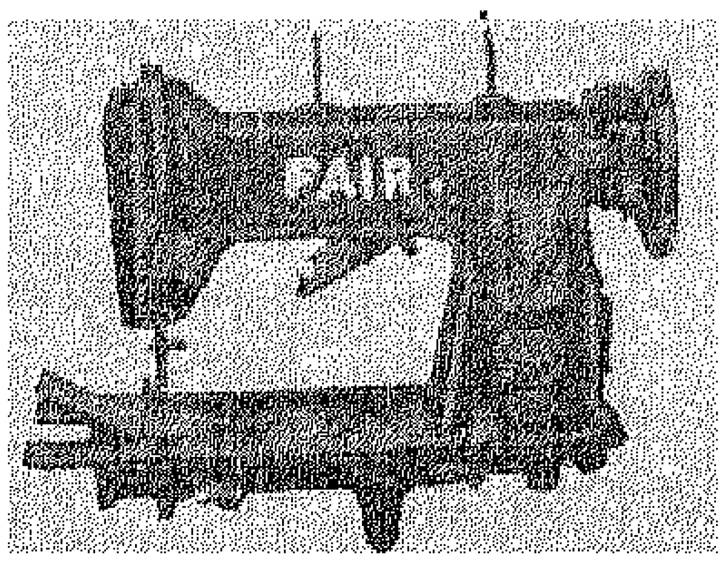
ا . خ .

نصيحتي اليك ...

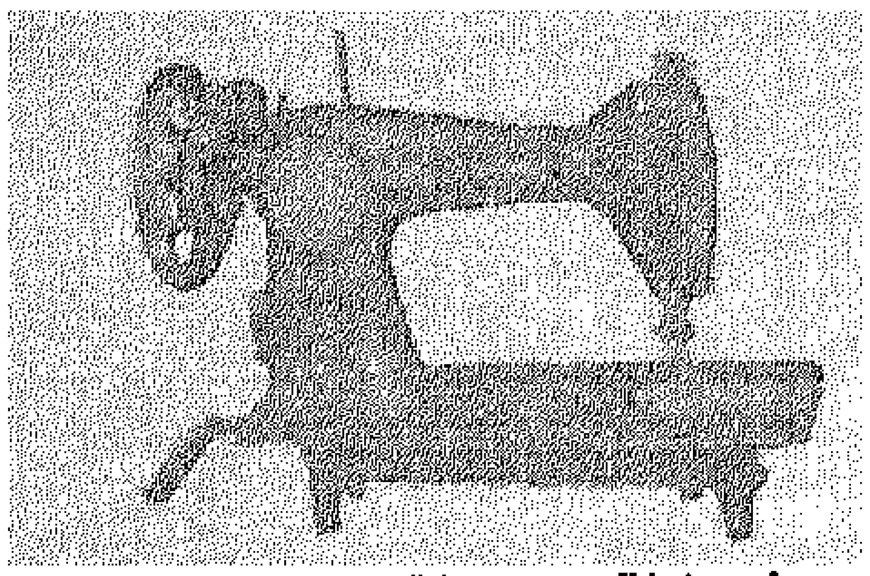
سيدتي

ان كنت تدققين وتقارنين في مشترواتك من الملبوسات والجوارب والاحذية وما اليها مع كونها تستهلك في موسم أو عام على أكثر تقدير ، فالاجدر بك أن تضاعفي التدقيق والمقارنة عندما تقدمين على شراء الاشياء التي ستعيش معك طوال العمر .

ففي كل يوم تستحدث في ميدان الصناعة ابتكارات جديدة كلها تهدف الى راحة المشتري واجتذابه ، وبديهي أن أول مستلزمات كل بيت



ماكينة خياطة على أهبة الاستعداد . ان الخبراء ما برحوا يبذلون كل ما في وسعهم حتى قدموا ماكينة الخياطة الحديثة «فير FAIR» التي تشتغل البرودريه أوتوماتيكيا بدون قطعة غيار علاوة على جميع أشغال



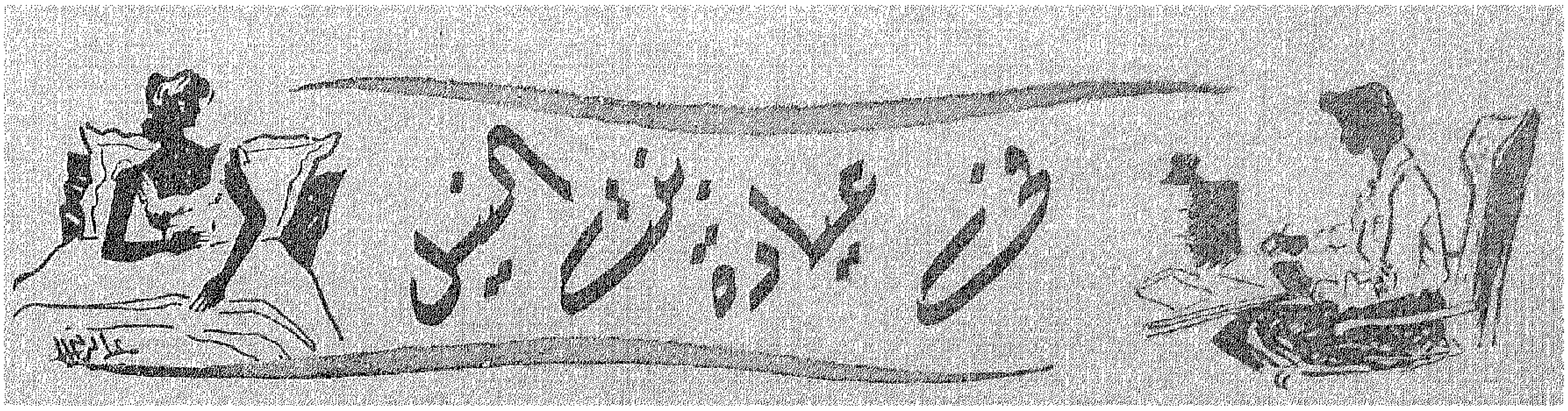
الخياطة بسهولة زائدة . وقد لاقت هذه الماكينة أكبر نجاح في الولايات المتحدة الامريكية وهي معروضة حاليا في السوق المصرية بأسعار توفر لك ثلث ما تدفعينه لو ذهبت فورا وبلا تفكير أو مقارنة لشراء أية ماكينة من الماركات المسيطرة على عقولنا بلا سبب

ان « فير » أجود وأوفر وأفخم ماكينات الخياطة المنزلية وهي معروضة الان بالقاهرة لدى :

معرض فير: ٤٤ شارع القصر العيني بجوار دار الحكمة
الشركة المتحدة للهندسة « أحمد محسن وشركاه »
٢ شارع شريف عمارة اللواء بالقاهرة

في اتحاد بنت النيل

زارت اخيرا السيدة تحية كاريوكا دار اتحاد بنت النيل وترى في الصورة وحولها السيدة حرم الاستاذ محمد عبد القادر حمزة والدكتورة درية شفيق وحرم الاستاذ مصطفى الفلكي والسيدة سميحة شكري



دردشة عن تحديد النسل

للدكتور مصطفى الديواني

شغل موضوع تحديد النسل أذهان المجتمع أخيرا وتضاربت آراء رجال الدين ورجال الاجتماع حول سلامة الدعوة الى تحديد النسل فى ... حرم الدين فيه قتل ... التى حرم الله قتلها الا بالحق .. وفى وسط هذا المعمعان يمكن الخروج بنظرية بسيطة سليمة وهى أن الاكثار من النسل فى بلد فقير محدود الموارد جريمة اجتماعية كبرى، وان التقصير فى ارشاد الناس الى طرق تحديده جريمة لا تغتفر . فيجب أن نقف فى وسط الطريق .. لا اباحية ولا تزمت بل انشاد لما فيه المصلحة ..

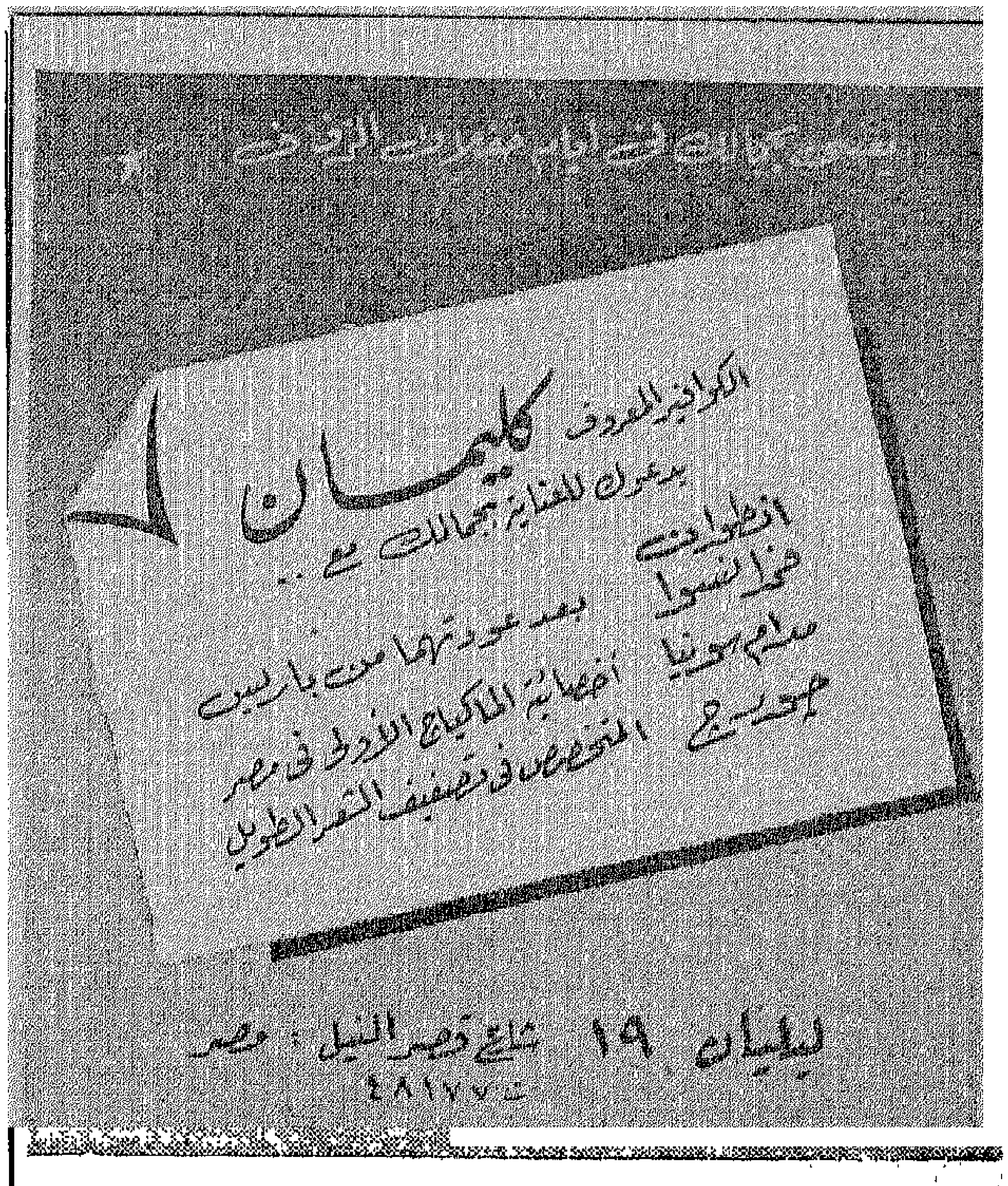
فالزوج المثقف محدود الدخل تفزعه كثرة الاولاد ويود لو أرشده المتخصص الى وسيلة لتحديد الذرية ، وتتغلب عليه غريزة حب النفس فيختار من الطرق ما لا يتعارض مع ارواء غريزته الجسمية حتى الثمالة فيلقى العبء على الزوجة المسكينة لتستشير طبيبها ليصف لها لبوسا أو غسيلا مهبليا ، تستعمله وهى خائفة جزعة لان نتيجتها غير مضمونة وخطر الحمل معها كبير .. فتضطر فى معظم الحالات اذا وقعت الواقعة وحدث الحمل أن تلجأ الى اجهاض نفسها معرضة حياتها للخطر أو تستمر فى الحمل تسعة أشهر طوال تقاسى فيها الامرين حتى تلفظ جنينها فى

ومن رأيى أن أحسن الوسائل لمنع الحمل هى التى يستعملها الرجل ، ولكنه فى الغالب تتغلب عليه الانانية ويرفض استعمال أى وسيلة تقطع عليه تيار متعته، مع أنه يجب أن يعلم أن الحياة الزوجية أساسها تبادل التضحية والمنفعة ، فيوم عليه ويوم على الزوجة ، والله يحب كل تعاون على البر والتقوى وهل هناك بر أكثر من أن يبر الزوج زوجته وأن يتقى الله فى صحتها وعافيتها .

واياك يا سيدتى وما يسمونه « الفترة الامينة » أى ما يعتقده الكثيرون من أن الحمل لا يحدث خلال أيام معينة من الشهر ، فيقولون مثلا انه لا داعى لاستعمال موانع الحمل قبل الطمث الشهرى أو بعده بأسبوع . أو أثناء الرضاعة من الثدى، فتهمل الام فى الاحتياط على أنها لن تحمل ما دامت ترضع طفلها ، وكم من حوادث حمل حصلت فى هذه الفترات الامينة .. بل قد يحدث الحمل أثناء أيام العادة الشهرية نفسها .

فلا تعتمدى يا سيدتى الاعتماد كله على الاقراص واللبوسات والغسولات المهبلية ، وضعى نصب عينيك انه ليست هناك فترة أمينة، بل انك عرضة للحمل فى أى يوم من أيام الشهر بما فى ذلك أيام العادة الشهرية .

دكتور مصطفى الديوانى



لحاملة هذا الاعلان خصم ٥٠ ٠/٠ للبرمانتت والصبغة

ابتسامتك يا سيدتى

لطبيب بنت النيل

لكى تكونى ساحرة، يجب أن تكونى جميلة لطيفة ، ولن تكونى جميلة لطيفة الا اذا عرفت كيف تبتسمين . ومعنى الابتسام هى أن تفرجى عن أسنان لؤلؤية ناصعة بشفتين حلوتين جميلتى الرسم والتكوين .

ولا يساورك الخوف من صعوبة بتحقيق هذا الامل الخلاب . فما عليك الا أن تعتنى بأسنانك عناية يومية كما يعتنى بها الجميع :

١ ـ تخيرى فرشاتين للاسنان على شرط أن تكونا

خشنتين . وهكذا تبقى احداهما جافة دائما .

٢ ـ استعملي معجونا من صنف جيد وكفي . ولن يساعدك في اختيار المعجون الا طبيب الاسنان الخاص ، فهو يعرف ان كل أنواع المعاجين طيبة، ولكنه سيحدد منها النوع الذي يلائم أسنانك ولثتك .

٣ ـ تفريش لاسنان يجب أن يكون رأسيا، وليس أفقيا ، وهذه غلطة شائعة عند لجميع .

٤ ـ لاتهتمي كثيرا ببعض نقط من الدم قدتتساقط من اللثة من فرط تفريشهافأنها قد تكون غير متعودة هذا الاحتكاك المتعب ، ومن ثم سيصبح الامر طبيعيا وستتعودان ـ دون دماء ـ هذا العلاج .

٥ ـ عليك بمضغ الطعام مضغا جيدا ، فهذا هو خير وقاية ضد تسويس الاسنان فاذا ما أحسست ألم في أسنانك فبادرى بزيارة طبيب الاسنان حالا .

وعليك أن تعلمى أن طب الاسنان قد تقدم في هذه الايام تقدما كبيرا ، فلا آلام في أية عملية ، وهناك أسنان ذهب أو صلب قد لا يناسب قسمات فمك أو وجهك .

٦ ـ عليك باستشارة طبيب الاسنان مرتين في العام على الاقل لفحص أسنانك فحصا كاملا . وهذه فرصة جميلة ليقوم طبيبك بتنظيف دقيق شامل .

٧ ـ وعليك أخيرا بمراقبة أسنان أطفالك ، فقد لا تنمو واحدة ، أو تقع واحدة ، أو تسود ، وبادرى بالعلاج السريع فانهم سيدينون لك لذلك بفضل كبير ، سيقدرونه لك فيما بعد .

عيادة بنت النيل تعالجك مجانا

يصعب أحيانا على طبيب بنت النيل تشخيص المرض بالمراسلة ، حيث ان كثيرا من الحالات تستوجب فحص المريض . وطبيب بنت النيل على أتم استعداد لتقديم خدماته مجانا لقارئات المجلة . اكتبى لنا عما تشكين لنعرضه عليه في أول فرصة ويحدد لك موعدا ان كانت الحاجة تستلزم ذلك .

صور من النشاط الاجتماعي

(بقية المنشور ص ٧)

ومن صور نشاط حرم الرئيس اللبناني نقدم هذه الصورة لاحدى المؤسسات الاجتماعية التى ترعاها فقد وجدنا أن عدد هذه المؤسسات من الكثرة بحيث لا نستطيع نقلها جميعا هناولذلك فسنكتفى بالاشارة اليها، فمنها جمعية العناية بالطفل، وجمعية رعاية الطفل اللبناني والجمعية النسائية نحلبة الملك سعود الاجتماعية ببيروت وهى تقوم بالدور الذى تقوم به بنت النيل في مصر لمكافحة الامية بين النساء اللواتي فاتهن سن التعليم وجمعية تامين العمل للاجئى فلسطين واسمها يدل ولاشك على أغراضها العظيمة لايجاد أعمال شريفة للاجئات ولاجئى فلسطين وهذه الجمعية تضم أقساما لتعليم الاطفال وتدريب الفتيات على المهن النسائية وجمعية اقالة العاثرات وهى جمعية خيرية تسعى لانقاذ العاثرات . وهناك تسع جمعيات أخرى منتشرة في لبنان تجمعها رابطة جمعيات الاحياء النسائية .

ومن ذلك يتضح لنا مدى اهتمام المرأة اللبنانية برسالتها نحو العمل على الارتفاع بمستوى مجتمعها ونشر الخير والصلاح فيه .. وهذا ولا شك طابع المرأة المتحررة المتقدمة ..

بساطة اسبرو

"اسبرو" يبرهن على أن بوسع دواء واحد أن يقوم بخدمات متعددة ، فهو يهاجم البرد المبتدئ ، القشعريرة ، الانفلونزا أو الألم ببساطة مدهشة ، كما يدعم المقاومة البشرية لهذه الأمراض الصغيرة ويعين الطبيعة على تجميع قوتها النافعة كلها لتوفير الصحة .

"اسبرو" معناه برد أقل وصحة أفضل للجميع

أصابني من مدة اسبوع تقريبا زكام كاد يمنعني عن العمل في محلي فاشتريت بعض اقراص من اسبرو فشعرت بالراحة التامة بعد تعاطي اول قرص من اسبرو وقد اصبحت في صحة جيدة

مصطفى محمود

خرجت لزيارة المقابر في اليوم الاول من العيد وقد شعرت بعد عودتي الي المنزل بزكام شديد جعلني في اشد الألم وتصادف ذهابي الي احد اصدقائي لتهنئته بالعيد وقد لاحظ على شدة التألم فنصحني باستعمال اقراص اسبرو وفعلا قمت باستعمالها وما هي الا بضع ساعات حتى شعرت بتحسن وضاع مني هذا الألم ؟

محمد عبده الجندي

كيف تعطى "اسبرو" للأطفال

طريقتان بسيطتان لاعطاء الاولاد "اسبرو" الاولى : ان يوضع مع قليل من اللبن والثانية : تكسر قطعا صغيرة وتوضع مع المربى والمقادير كالآتي :

الأطفال من ٣ - ٦ سنوات ½ قرص

وغيرهم من ٦ - ١٤ سنة ١ قرص

ومن ١٤ - ١٨ سنة ١½ قرص

الأطفال أقل من ٣ سنوات لا تعطاء الا بأمر الطبيب

الأسعار في مصر

٤ أقراص ١ قرش صاغ

٢٧ قرصا ٦ قروش صاغ

ASPRO REG. TRADE MARK

لا يضر القلب ولا المعدة

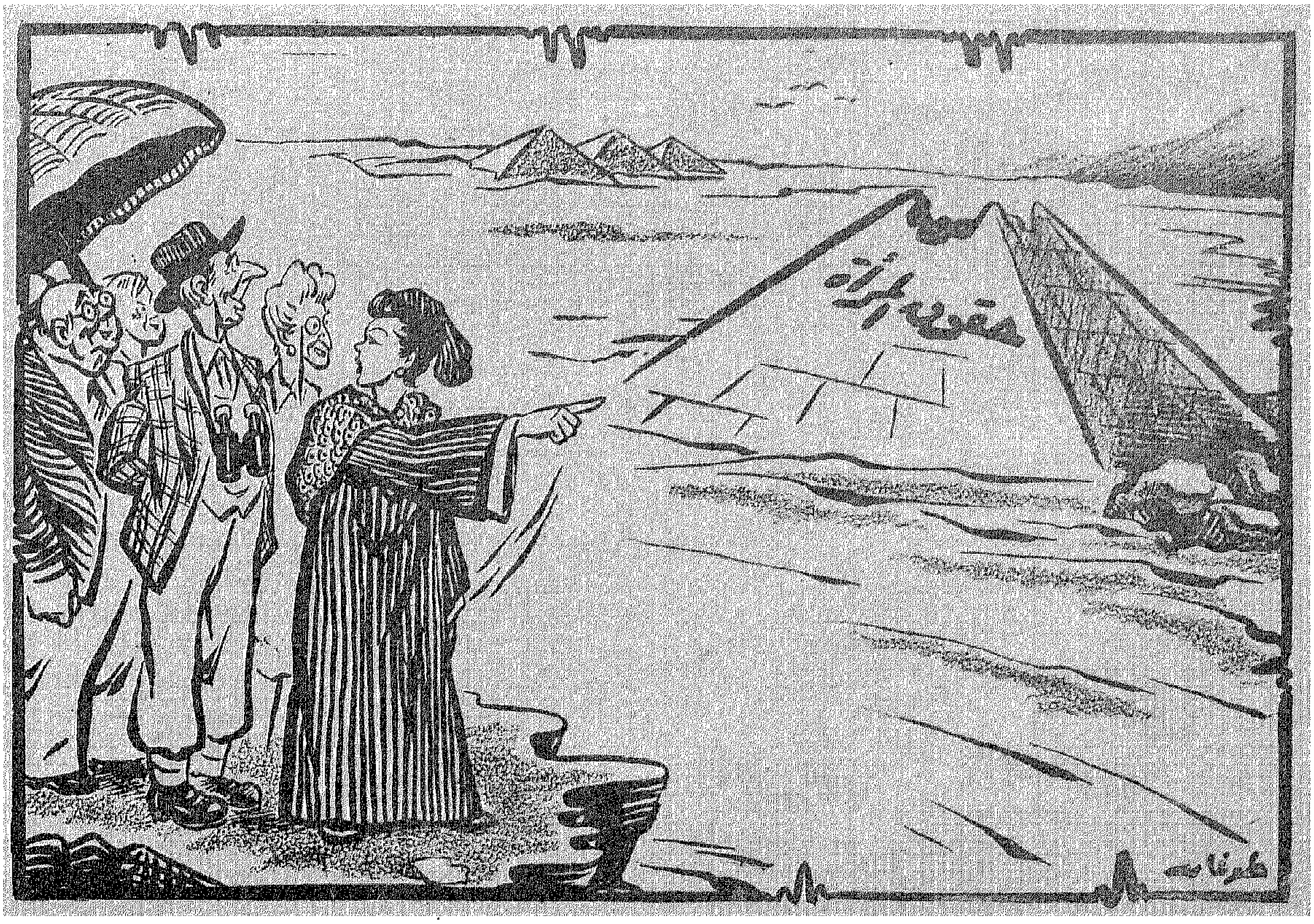
الوكلاء : ج . پ شريدان وشركاه

٣ شارع بنك مصر القاهرة ص.ب ٧٨٦١

373

اشتراكات مجلة بنت النيل

م	
١٠٠	**الاشتراك السنوى في مصر والسودان**
١٥٠	**الاشتراك السنوى في البلاد العربية**
٢٠٠	**الاشتراك السنوى في الخارج (أو مايعادلها)**



اختارت مصلحة السياحة عددا من الفتيات لمرافقة السياح الاجانب أثناء زيارتهم لمصر

الترجمانة ـ والهرم ده فاضل فيه شـــويه .. لكن السنة اللى جاية تيجو تلاقوه خلص ..

قرأت لك

كان الانجليز فى القـرن السادس عشر يسيئون معاملة خدمهم ، وقد قرأت لك كتابا صدر أخيرا يصف الحيـاة اليومية لهذا الشعب فى ذلك العصر ، اقتطف منــه قانونا وضعه أحد الاقطاعيين لتأديب خدمه جاء فيه :

« ليس لاى خادم أن يتغيب أثناء صلاة الصباح أو المساء والا عرض نفسه فى حـالة عدم قبول عذره لغرامة قدرها « بنى » واحد . »

وكان على الخادم ألا يمكث فى فراشه الى ما بعد الساعة السادسة صباحا والا يكون خارجا عنه بعد الساعـــة العاشرة مساء ان كان الوقت صـيفا . أما ان كان الوقت شتاء فكان عليه ألا يظل فى فراشه بعد السابعة صباحا ولا خارجه بعد الساعة التاسعة مساء بدون عـذر مقبول والا اضطر أن يدفع غرامة قدرها بنسان . وكان ينبغى عـلى الخادم أيضا ألا يعلم الاطفال القبائح والشتـــائم وحلف الايمان والا جـــوزى بدفع غرامة قدرها أربعة بنسات . وان كسر خادم زجاج نافذة دفع ثمنها مخصوما من أجره وان لم يكتشف الخادم الذى كسر الزجـــاج دفع رئيس الخدم ثمنه .

وليس للخادم أن يتغيب عن مكان عملـــه فى أوقات العمل والا عرض نفســـه لغرامة قدرها أربعة بنسات . وان تضارب خادمان فصلا من عملهما فى التو واللحظة وان تشاتما دفعا اثنى عشر بنسا وليس للخادم أن يمـــازح الخادمات والا كان جـــزاؤه خصم أربعة بنسات من أجره وعلى الخادم أن ينظف قاعة الاستقبال يوميا فى الساعة الثامنة شتاء والساعـــة السابعة صيفا والا جـــوزى بدفع « بنى » واحد .

وكان هذا الاقطاعى يخصم هذه الغرامات من أجور خدمه كل ثلاثة أشهر ويوزع المبلغ المتجمع على الفقراء والمحتاجين من أهل الناحية .

وكان من عادة الخدم أو من الواجب عليهم اذا ماجلس سيد البيت الى مائدة الطعام أن يخف أحدهم اليه ويعلق حول عنقه الفوطة . وكان على خادم آخر أن يعد المـــائدة فيضع الملح والخبز وأدوات الاكل المختلفة . وان قصرت الخادمة فى أداء واجبهـــا ضربت بالعصا ضربا مبرحا !

زرقاء اليمامة

الجمال في ٢٠ ثانية..!

ان النجوم في هوليوود اصبحن الآن يخرجن مبكرات ساعة قبل موعدهن العادي من الاستوديو ، بعد الانتهاء من ادوارهن

ولما سئلت عن ذلك كل من آفا جاردنر وسيلفيا سيدني ومارجرين لندساي وجلوريا جراهام وجاني جرانت ومارجريت شمبان ، اجبن مؤكدات بان الباعث للخروج من العمل بهذه السرعة لم يكن قط من التهاون او التعب بل كان في الواقع من عدم احتياجهن الى التأخر بسبب ازالة ماكياجهن او اعادة وضعه .

ذلك لان بقاءهن تحت انوار المصابيح الكاشفة وانتقالهن الى الخارج تحت أشعة الشمس القوية لم يعد لهما اى تأثير على ماكياجهن ما دمن يستعملن – بان ستيك – ذلك الماكياج الحديث العجيب الذى احدث ثورة هائلة في هوليوود مالبثت ان اجتاحت الى فرنسا باسرها حتى وصلت الآن الى

ويمتاز هذا الماكياج – كريم – بما يشتمل عليه من الوان طبيعية متعددة («بان» هى مختصر كلمة بانكروماتيك) لا يتأثر اى لون منها بفعل الاضاءة مهما اختلف نوعها . اما طريقة تركيبه التى تشبه في الشكل قلم الروج (ومن ثم جاءت كلمة ستيك) فهى تتألف من حافظة لها غطاء وبأسفلها قلاوظ يجعلها سهلة الاستعمال . ودائما في متناول اليد، داخل الشنطة، بحيث ان عشر ثوان تكفى لعمل الرتوش ، وعشرين ثانية لوضع ماكياج كامل .

جمال ساحر في ظرف عشرين ثانية .. ! ما رايكن في ذلك يا سيداتى ؟ انتن يا من يتعرضها كل صباح ، لخطر الوصول الى العمل متأخرات !

اليكن ما قالته السيدات اللواتى قد سبقنكن في تجربة البان ستيك ...

في استطاعة كل سيدة ، حتى التى تعوزها الخبرة ، ان تنجح في وضع ماكياجها منذ الوهلة الاولى

فعشرون ثانية فقط تكون كافية لوضع بضع لمسات خفيفة على الجبهة والانف والخدين والذقن ثم تفرش وتمسد ببساطة على الوجه كله . بعد ذلك ، ما قولكن هذا كل ما في الامر

ان ضباب البودرة حتى اذا كان موصوفا ففي الامكان الاستغناء عنه ، لان البشرة على حالها ستأخذ مظهرها الطبيعي وتبدو في نعومة الساتان

حقا انها لثورة في عالم الماكياج !

يباع في جميع المحلات الكبرى ومخازن الأدوية والصيدليات ومحلات العطور
الموزعون : ناديكو الشركة الاهلية للتوكيل والتوزيع
فيتا وشركاه ش.ت ١٠ القاهرة س.ت ٣٣١٣

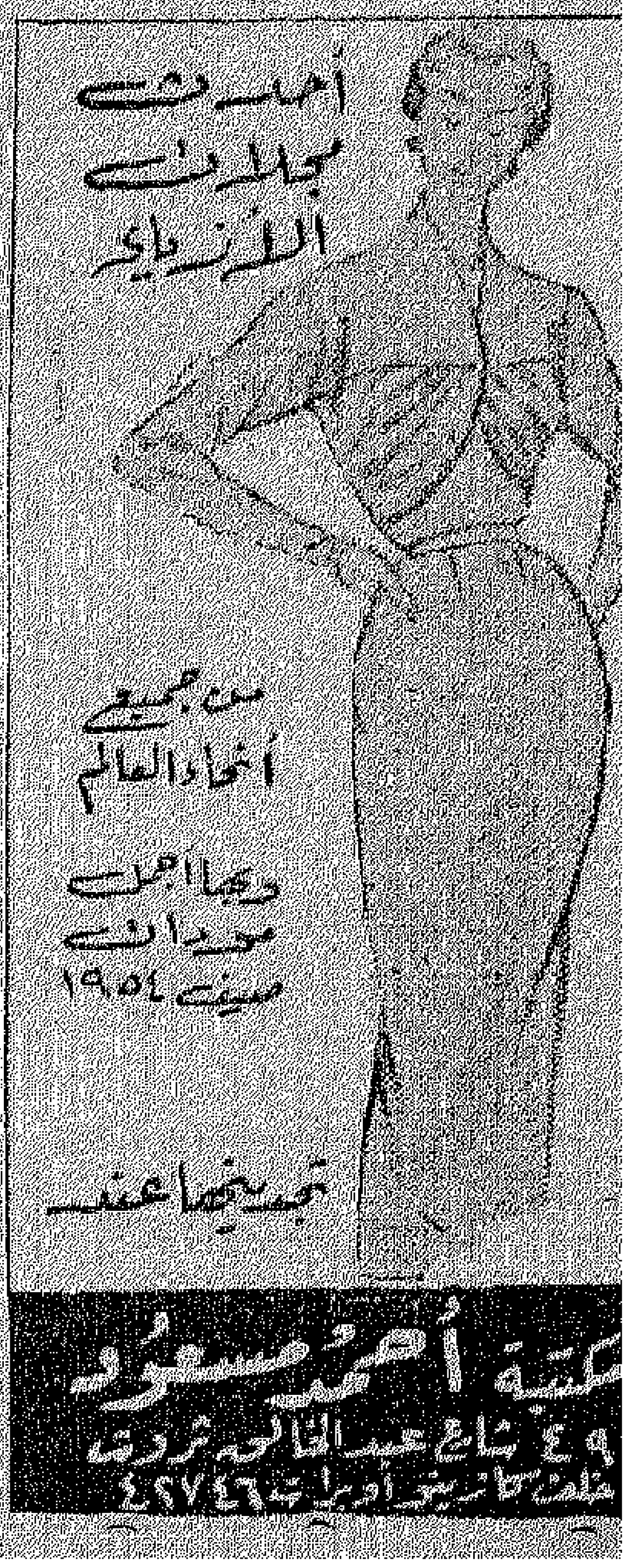
كيف تبرزين جمال ثوبك؟

لا يكفي أن يكون الثوب جميلا ، ولا يكفي أن تكوني أنت جميلة ، بل يجب أولا وقبل كل شيء أن تعرفي كيف تقفين وكيف تمشين وكيف تجلسين لتبرزي محاسن ثوبك

هكذا وقفت هذه الحسناء ليبدو ثوبها جميلا ، ان الوقفة المصطنعة تفسد كثيرا من جمال ثوبك مهما تبلغ مهارة خائطته

هل تريدين بهدلة ثوبك ؟ قفي اذن هذه الوقفة ، انها تخفي جمال هذا الثوب وتبرز بطنك اياك اذن وهذه الوقفة

ما هذه الجلسة المضحكة ، انك لم تعودي فتاة في العاشرة من عمرها ، ان مصممة هذا الثوب سوف تبكي حين ترى فستانك بهذا الوضع



لماذا تقفين هكذا ؟ انك تفسدين شكل الثوب الذى ترتدينه . اعدلى ساقك اليسرى وانزلى يدك ليعود الى ثوبك رونقـــه

انها بلا شك مريحة تلك الجلسة التى تجلسينها لكنها سوف تقلب شكـــل فستانك رأسا على عقب .

الاثنين
١
مارس

والأيام التالية

فرصتكم السنوية الوحيدة
حيث تعرض

المصنوعات

مؤسسة بنك مصر الكبرى

بفروعها بالقاهرة وجميع عواصم ومدن القطر

اكبر تضحية فى الأسعار

إقرأوا قائمة الأسعار ..

.. وشاهدوا واجهات محلاتنا

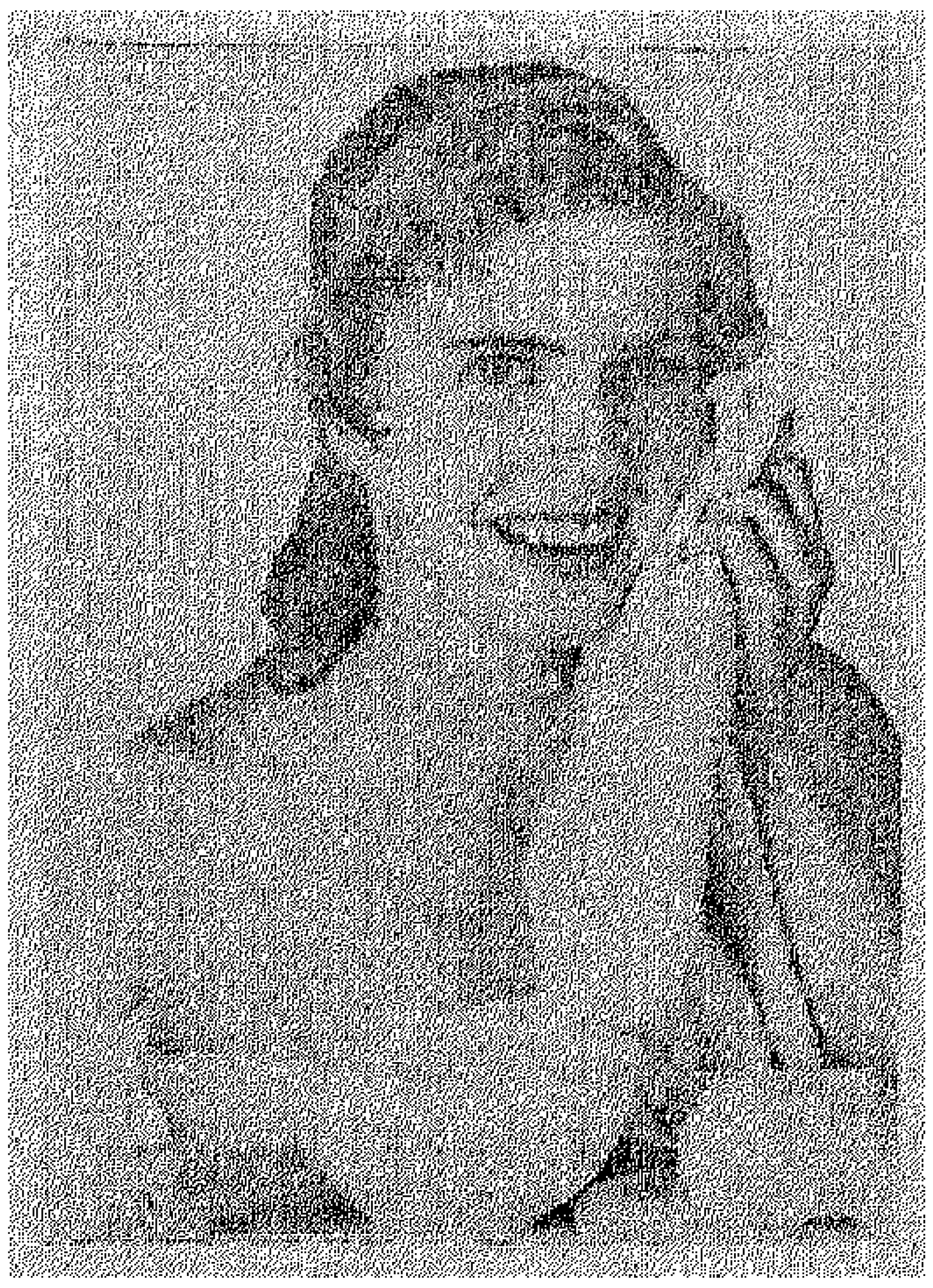
شركة بيع المصنوعات المصرية
المركز الرئيسى : ٢ شارع فؤاد الاول بالقاهرة ت ١٥٨
وفروعها : بالقاهرة وجميع عواصم ومدن القطر

أ... ب... الجمال

ليس هناك أسهل وأصعب من عمل ماكياج يظهر الوجه على طبيعته ودون أن تكون صاحبته في حاجة الى تجديد هذا الماكياج كل ساعة من ساعات النهار ليظل الوجه محتفظا برونقه .

وان أول شرط من شروط التجميل الصحيح هو أن نختار مستحضراته من أعلى صنف . الا أن هذه المستحضرات مهما تبلغ من حدود الكمال فانها لا تأتي بفائدتها كاملة الا اذا كانت البشرة سليمة .

لذا وجب علينا تخليص البشرة من كل جسم غريب ولا يتأتى هذا الا اذا كلفنا احدى اخصائيات التجميل بالعناية بها بين الحين والاخر . فقد اكتشفت طرق حديثة للعناية بالبشرة واعادة شبابها اليها .



ويجب علينا دائما قبل عمل الماكياج مباشرة أن ننظف البشرة بلبن خاص يهدىء ويريح عضلات الوجه وان نغير القطنية كلما اتسخت الى ان تصير بيضاء اللون . ومن ذلك يتضح ان الماكياج لا يؤدى رسالته الا اذا كانت البشرة خالية تماما من كل عيب .

وعلينا بعد ذلك أن نعرف مدى التغير الذى يصيبنا من جراء استعمال الماكياج . ونقدم مثلا لذلك ممثلى وممثلات السينما . فان فى استطاعة الماكيير أى الشخص المكلف بعمل الماكياج جعل الجميل قبيحا والقبيح جميلا . وهكذا نرى أن فى امكاننا لو عرفنا كيف نستخدم الماكياج على أصوله ، ان نخفى عيوب وجهنا ونزيد محاسنه .

وأول ما نشير به عليك أن لاتطلى شفتيك ان كانتا دقيقتين ضعى الاحمر بحيث يملأ ويطغى على الجزء الاوسط . وان كان وجهك مطاولا يجب أن تضعى أحمر الخدين فى وسط الخد ومده الى أعلى الى أن يلامس منابت الشعر . ان وجهك فى هذه الحالة سيبدو أقل طولا . أما ان كان وجهك مستديرا فما عليك الا بوضع الاحمر الوردى من السالفين الى ثلثى الوجه فيبدو أقل استدارة .

وان كان الخدان داخلان فاياك ان تضعى ماكياج فى هذا الفراغ بل ضعيه على الجزء البارز من الخد . واحرصى دائما على أن تبرزى شخصيتك والا تمحى طابعك الذى يميز جمالك وشكلك عن غيرهما .

وغالبا ماتكون قاعدة الماكياج كريما أو لوسيونا خاصا . ويكفى أن نختار لكل بشرة النوع الذى يلائمها . لا ترتكبى هذا الخطأ الشائع الا وهو الغاء كريم الجمال بحجة ان البشرة دهنية . ان كل ما عليك فى هذه الحالة هو أن تضعى كريما خاصا يدخل تركيبه الكافور وان كانت بشرتك معرضة لبروز الشعيرات الدموية الحمراء والزرقاء فيها فلا بد من استعمال كريم مناسب يصفه الطبيب المعالج أو معهد التجميل الذى تترددين عليه .

ان كريم القاعدة هذا يجب دهن البشرة به وتجفيفه خفيفا بواسطة ورق المص الخاص . أما الكريمات الملونة فانها توضع بعناية تامة على الوجه والعنق دون أى تمييز .

ان خديك سوف يتوردان بالكريم لا بمسحوق جاف ليظل أطول مدة ممكنة . ان النصف الثانى من القرن العشرين لم يعد يحتمل المرأة التى تمضى نصف يومها أمام المرآة . اننا فى عصر السرعة .

والآن وقد انتهيت من وضع أحمر الخدين عليك بوضع البودرة • رشي وجهك كله بالبودرة حتى شفتيك • ان البدارة المصنوعة من الريش أفضل من تلك التى تصنع من الصوف • كذلك استعملي لون البودرة الذى يناسب لون بشرتك • أزيلي البودرة الزائدة من على وجهك بالفرشاة الحريرية الخاصة •

ارسمي الآن شفتيك دون بلهما مستعملة احمر دسما ينسجم تمام الانسجام مع أحمر الخدين ودهان الاظافر • اتبعى شكل فمك الطبيعى • لا تثقلي شفتيك بالاحمر • احترسى من الاحمر الجاف فانه لايصلح الا للبشرات الدسمة • وهناك اقلام خاصة تستخدم فى رسم محيط الشفة قبل تلوينها • وتوجد ايضا الريشة التى تشبه تلك التى يستعملها الرسامون • الا اننا نفضل لك أصبع الاحمر العادي بغطائه الذى يحفظه من الغبار والميكروبات •

وقد درجت السيدات فى الآونة الاخيرة على رسم اجفانهن بالقلم مبالغة في الاهتمام بماكياج عيونهن • فان كنت من اللواتى يملن الى هذا النوع من الماكياج يجب عليك أن تختارى لهذا الغرض لونا لا يلفت النظر بحيث يتفق مع لون ما تلبسين من ثياب • وانت تخطئين فيما لو استعملت اللون الاخضر على ثوب أحمر أو شريط أزرق •

ونصيحتنا الاخيرة لك هى أن تقومى بهذا الماكياج فى غرفة حسنة الاضاءة والا جاء ماكياجك ناقصا •

وصل المعجون الأخضر (بالكلوروفيل)
وكذلك الاحمر .. كما وصل الحجم الصغير
٨٥و٠ علاوة على الحجمين ١ ½ و ٣
★ المعجون الوحيد الخالى

تمرينات رياضية تفيدك إن كنت حاملا

ان هذه التمرينات الرياضية تعد الحامل اعدادا نفسيا وفسيولوجيا للوضع وان الحركات التى تجدينها على هذه الصفحة والصفحة المقابلة من وضع الدكتور ج٠د٠ريد الاخصائى العالمى فى الولادة وأمراض النساء وهى تهدف الى تدريب عضلات البطن وتحريك العمود الفقرى على الحوض ٠ ولسنا فى حاجة الى تنبيهك الى أن هذه التمرينات لا توافق كل جسم وأن عليك ان كنت حاملا أن تستشيرى الطبيب فى تأديتها ٠

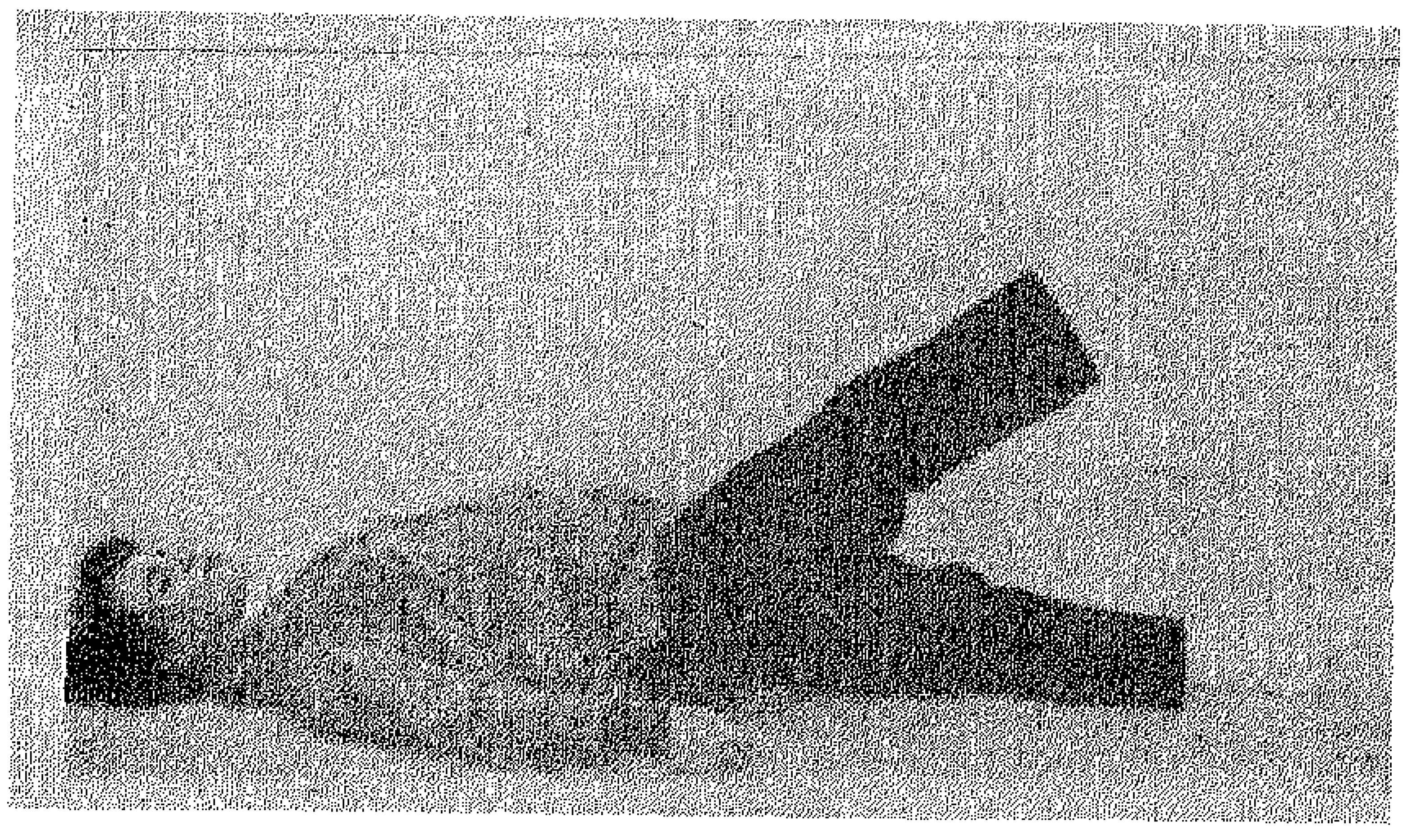
ان السيدة التى ترين صورتها على هاتين الصفحتين كانت على ثلاثة أسابيع من الوضع وأنت ترين معنا أنها على أتم أهبة للوضع ٠

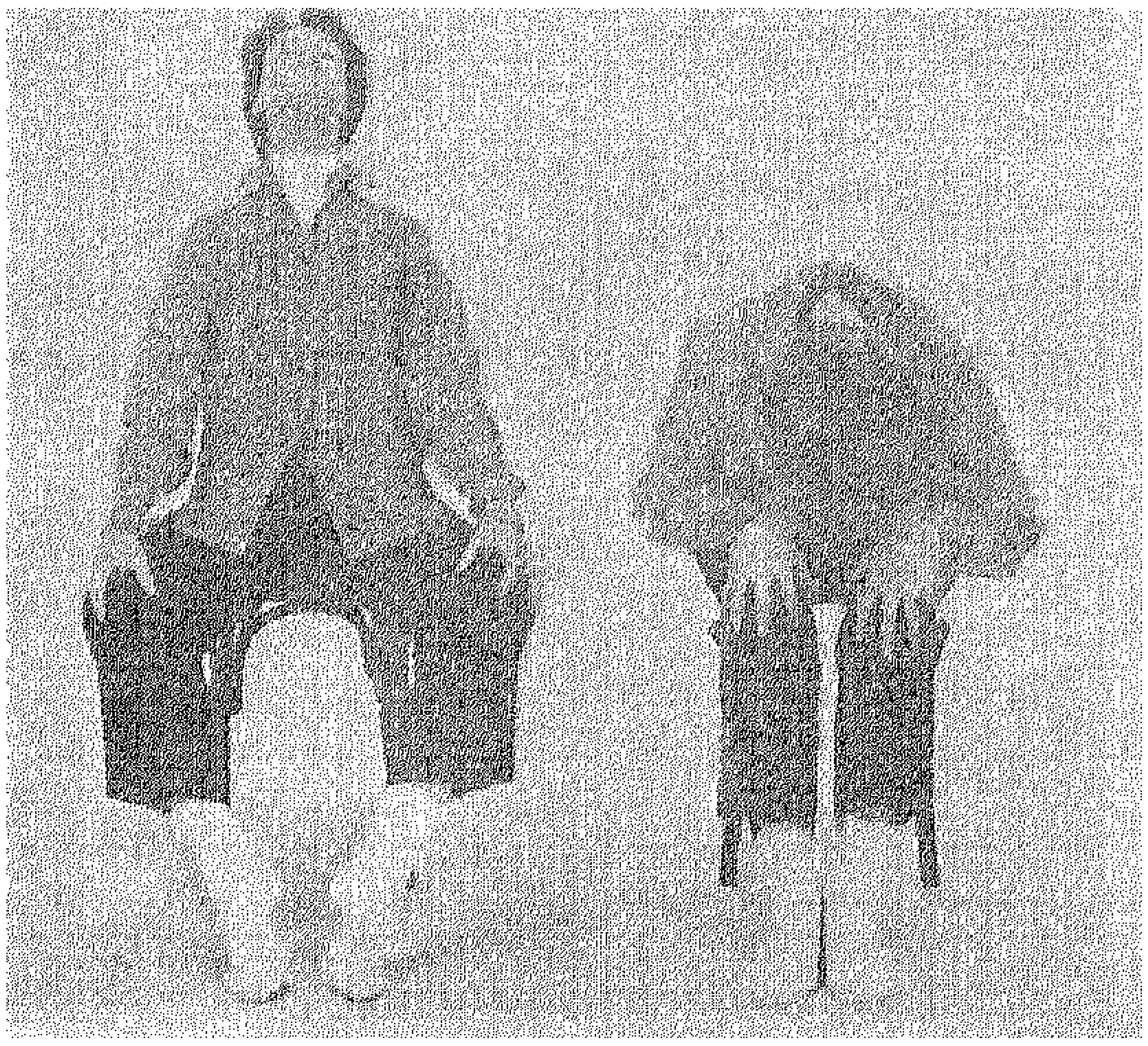
التمرين الاول

اجلسى على حافة كرسى وقدماك متوازيتان ٠ قومى بحركة شهيق مع فتح الفخذين وتقعير الظهر ٠ قومى بحركة زفير مع ضم الفخذين وثنى الجسم الى الامام ٠

التمرين الثانى

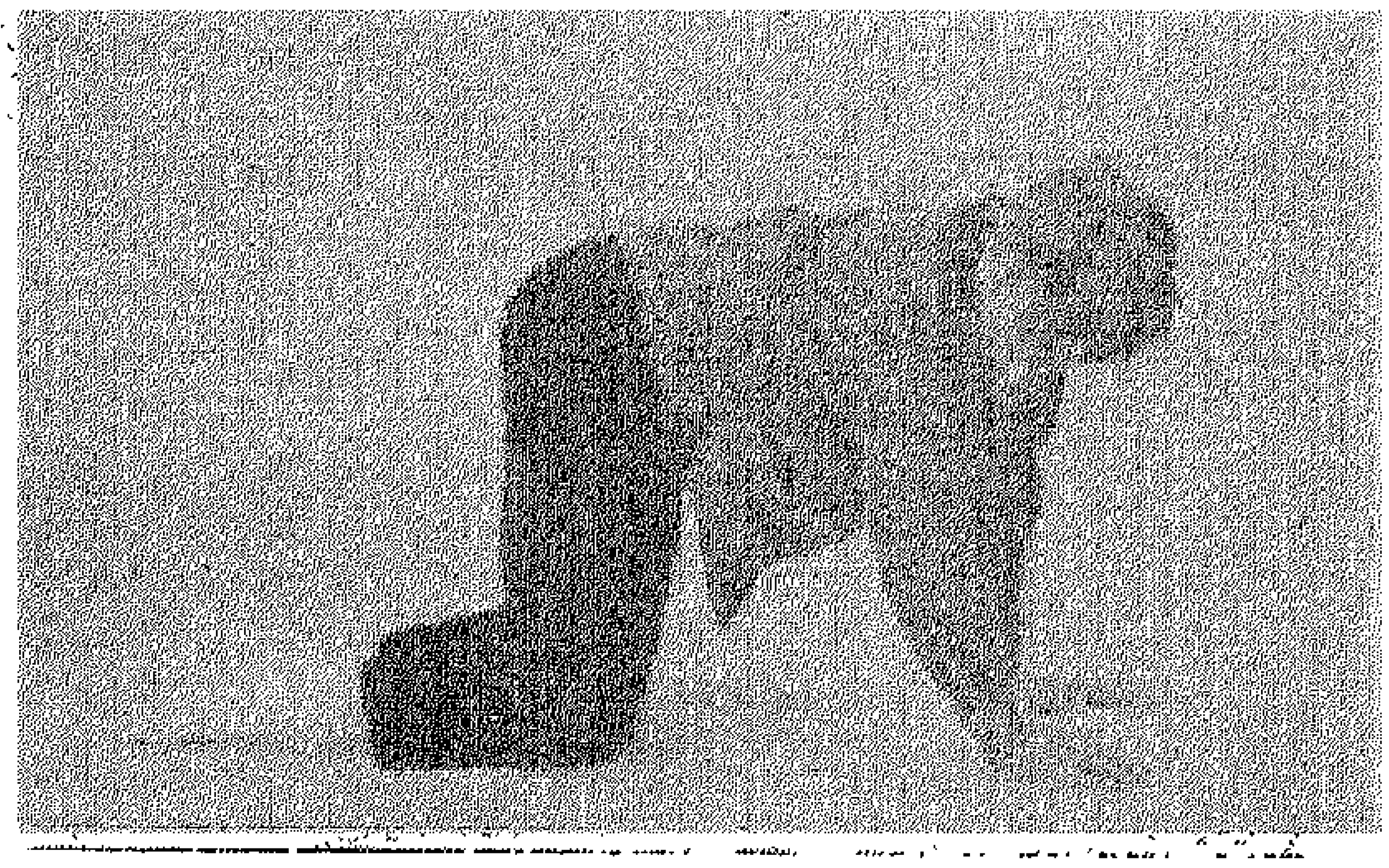
اجلسي على الارض مع وضع اسفل القدم اليمنى فى مقابل أسفل القدم اليسرى ٠ قومي بحركة شهيق مع تقعير الظهر وبعملية زفير مع تقويس الظهر ٠ اجعلى المرفقين يضغطان على الفخذين ٠





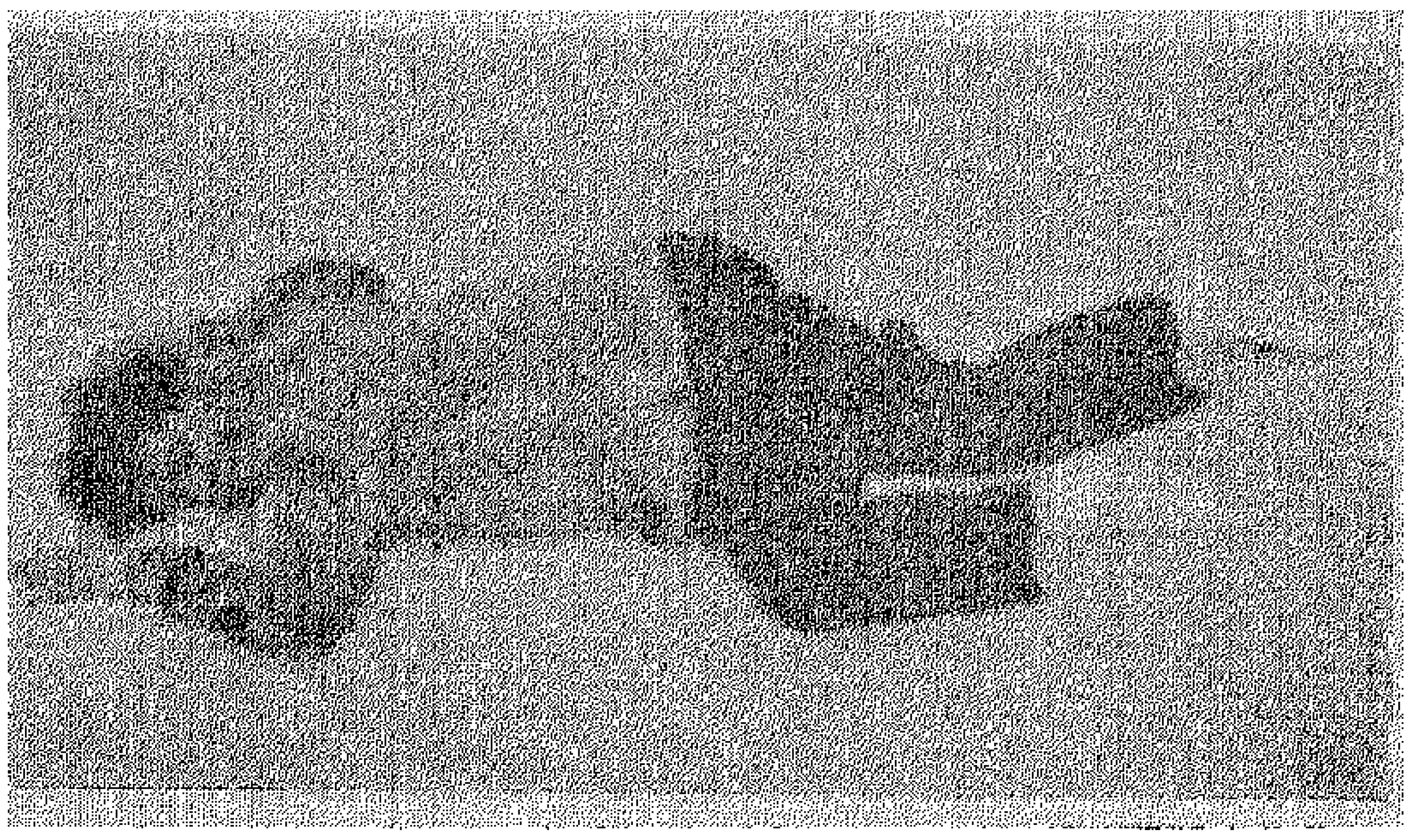
التمرين الثالث

اجعلي الرأس يميل على الصـــــدر ثم يقـــوم بحركة دائرية من اليسار الى اليمين ومن اليمين الى اليســـار ان هـــذا التمرين يريح الرأس حاولي عند ادارة الرأس جعـــله يلمس الكتفين والصدر .



التمرين الرابع

ضعي يديك وركبتيك على الارض كمـــا هـو ظاهر فى الصـورة مع الحرص على جعل الظهر افقيـا . أديرى رأسك مع الحوض فى وقت واحد وبحيث يتجه الاول نحو الاخر .



التمرين الخامس

استلقى ثلاثة أرباع استلقـــاء على جانبـــك الايمن ، واثنى كل وصـــلة من وصلات جسمك نصف تثنية . والافضـل أن تضعي وســادة تحت رأسك وثانية تحت الـذراع اليسرى . استلقى على جانبك الايسر وضعى الوســـائد تحت الـذراع اليمنى والفخذ اليمنى .

باترون بنت النيل

ثوب شيميزيه من الصوف الخفيف

ان الثــوب الذى ترين صورته امامك يصــنع من قماش الايكوسيه الصــوفى الخفيف . الكورساج مسطح مقفول من الخلف بسوستة الجونيلة واسـعة اتسـاعا خفيفا بباندة موروبــة فى اسفلها . باسكات صـغيرة عند الخصر . الازرار مـن اعلى الى اســفل . ياقة شيميزيه من البيكة الابيض يحتاج تفصيله الى ٣ متـر عرض ١٤٠ سم

يتألف باترون هذا الثوب من تسع قطع ويحتاج الى قمـــاش طـوله ٢٦٠ سم وعرضـه ١٤٠ سم

الكورســاج : الامام (١) يقص الوسـط فى اتجــاه القمــاش الخلف (٢) يقص اتجاه القماش فى الوسط

الاكمام : (٣) يقص الوسط فى اتجاه القماش فى الوسط

الياقة (٤ ، ٤ مكرر) يقص الوسط فى اتجاه القماش

الجونيلة امام : (٥) يقص اتجاه القماش فى الوسط

الباندة امام وخلف (٧،٨) تقص بالوورب الكامل

البـــاســك (٩ ، ٩) يقص فى اتجاه القماش كمــا هو مبين فى الرسم

اعداد الشغل والتفصيل : ضعى قطع الباترون المختلفة فى المكان المعد لها على القماش كما هــو مبــين بالرسم . دبسيها وسرجى حول القطع وفى وسطها والبانسات الخ . . وعنــد القص اتركى براحا للخياطة والاوورليه والتى لم نحسب حسابها عند عمـل الباترون

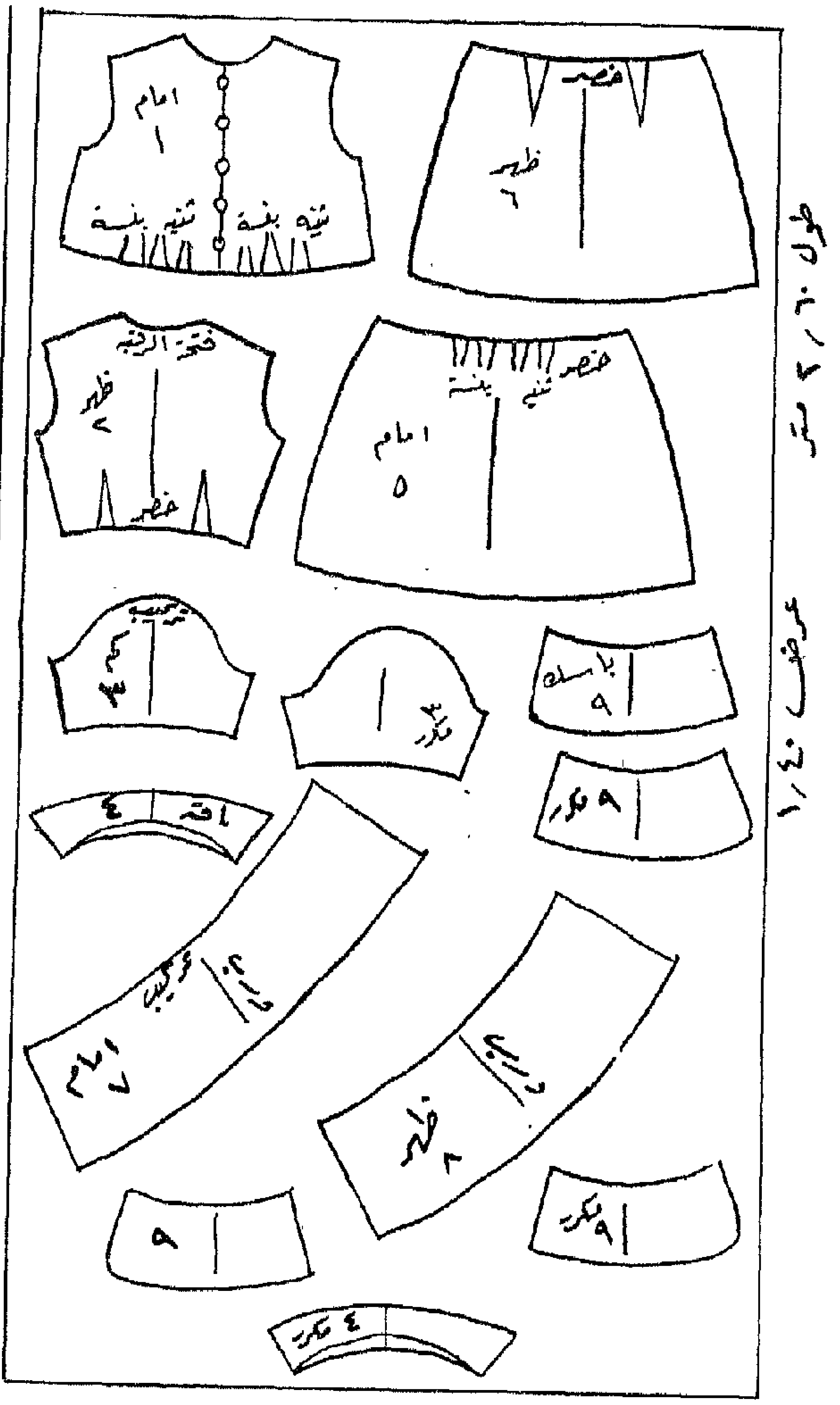
التركيب : اقفلى ثنيـات البانسات من قاعـدتها فقط والبانسات كلها . ضــعى العدل على العـــدل الامام والظهر . خيطى معا خياطات الكتف والجانب . ان الجانب الذى الى اليسار لن يخيط كله لكى يركب فيه سوسته اعملى فتحة فى وسط الظهر لكى تضعى ايضا سوســتة اخرى . خيطى اسفل الكم وضــعيه بالعدل داخـــل الكورساج المقلوب . ضـعى جيدا منتصف الكم فى مقابل خياطة الكتف . بطنى الياقة بوضع جزءيها الواحــد على الاخر . خيطى من الخارج ، ركبى بيبه صغيرا عند فتحة الرقبة . اعملى دخلــة فى فتحة رقبة الثوب . خيطى بعد ذلك نصف الياقة بعد الثوب . اما الجزء الاخــر

كوبون باترون بنت النيل

هل تريدين الحصول على باترون هذا الشيميزيه ؟

تقدمى بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعـــد يبدأ فى ٦ مارس سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه .

ملحوظـة : وان كانت القارئة خارج القاهرة أو جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمســة قروش لتغطية مصاريف البريد .. مع ذكر الاسم والعنوان بالكامل .



فسيثبت بزر أو بزرين بركبان على الامام مكان خياطة الكتف .

خيطي الباندة بالورب في اسفل الثوب واجمعي بعد ذلك الجزء الامامي والظهر بخياطات الجانب . ان الجزء الايسر لن يقفل هو ايضا الى الخصر ليمكن تركيب السوستة . ركبي الجونيلة على الكورساج . احرصي على وضع منتصف الجزءين الامامي والخلفي للجونيلة على جزاي الكورساج تماما . ركبي الباسك في مكانهما بعد تبطينها ثبتيه بدبابيس . افتقي الخصر وبعد تركيب الباسك خيطي الكورساج والجونيلة . مع الباسك . ركبي الازرار في اماكنها . اعملي دخله في اسفل الاكمام ودخله اخرى في موضع السوستة حسب خياطات الجانب . تعمل لفقة على بعد نصف سم من الحرف . ضعي السوستة من الداخل خيطي في اللفقة التي عملتها الفقي ذيل الفستان بعد ضبط طوله

اكوي الثوب جيدا . والافضل فتح الخياطات بعد عملها مباشرة . ان الورب يكوى دائما في اتجاه نسيج القماش حتى لا يضيق

ان كل أسرة – حتى ولو كانت قليلة الدخل – في استطاعتها اليوم أن تقتني ماكينة خياطة جميلة ماركة « بورليتي » . فلماذا لا تقتني أنت ايضا ماكينة ياسيدتي العزيزة ؟ .

ان مشكلة الدفع قد حلت . اذ انه اصبح في استطاعتك الحصول على ماكينة « بورليتي » في أي وقت تشائين وتدفعين ثمنها بكل سهولة . وحين ما تدخل تلك الماكينة بيتك تصبحين من أسعد النساء في العالم .

يا لها من ماكينة خياطة مدهشة ! فانها لا تحدث صوتا ، فضلا على متانتها ودقتها وسهولة استعمالها ... لقد اختير لونها الاخضر بعد أن ثبت علميا انه يريح النظر . أما عن أناقتها وجمال قاعدتها الخشبية فحدثي ولا حرج .

مضمونة ٢٥ سنة

صمم هذه الماكينه مصنع له خبرة خمسين سنة في الميكانيكا ، البالغة الدقة ، وان « بورليتي » يضمن ماكيناته لخمس وعشرين سنة . وفي مقدورها أن تنفذ أصعب الخياطات بأسهل وأبدع ما يمكن .

"BORLETTI"

القاهرة : شارع توفيق (عمارة شل) ت ٢٥٢٠٦
الاسكندرية : ٣٢ شارع سعد زغلول باشا ت ٢٧٨٢٩

س.ت : ٣٩٩٦٤

مجانا — كوبون — B

أرجو ارسال كتالوج ماكينة « بورليتي » مع البيانات الخاصة بتسهيلات الدفع التي تمنحونها لزبائنكم دون أي ارتباط مني .

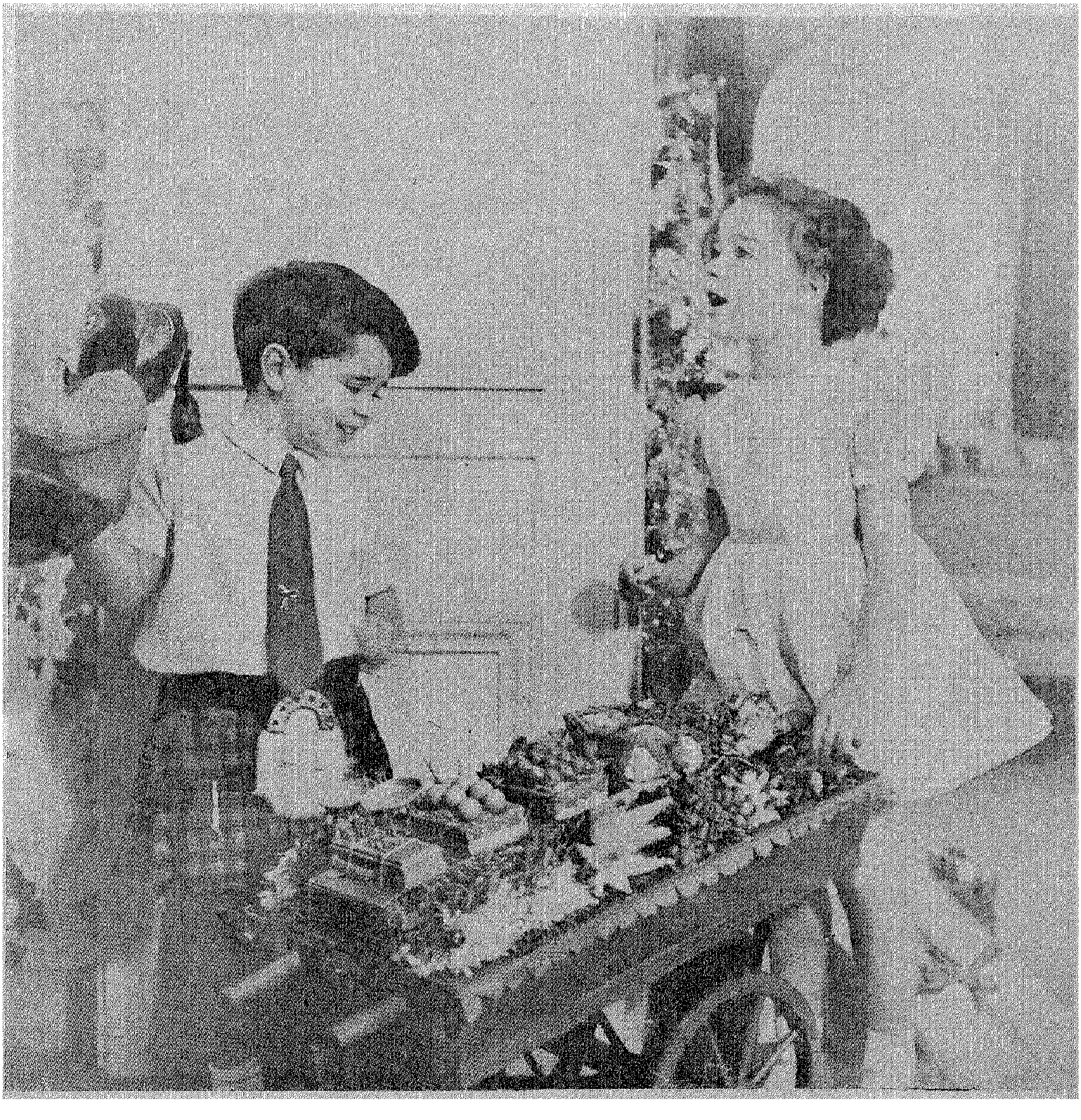
الاسم ... ...

العنوان ... ...

ملابس طفلك

ثوب لطفـــلة في سن
الخامسة وآخر لطفل في
السنة الاولى من عمـره

طفل في الثالثة من عمره وطفلة
في الرابعة من عمرها



انك تفكرين بصحة اطفالك وتهتمين بمأكلهم وبفسحتهم · ولكنك تهملين أحيانا ملابسهم · لقد نشرنا لك على هاتين الصفحتين خمسة موديلات مبتكرة لاطفال تتراوح أعمارهن بين السنة والخمس سنوات · ان الطفل الصغير يفرح بالملابس الجديدة ويختال مزهوا بها · اهتمى بملابسه كما تهتمين بملابسك وعلميه كيف يحافظ عليها ويحول بينها وبين الاتساخ

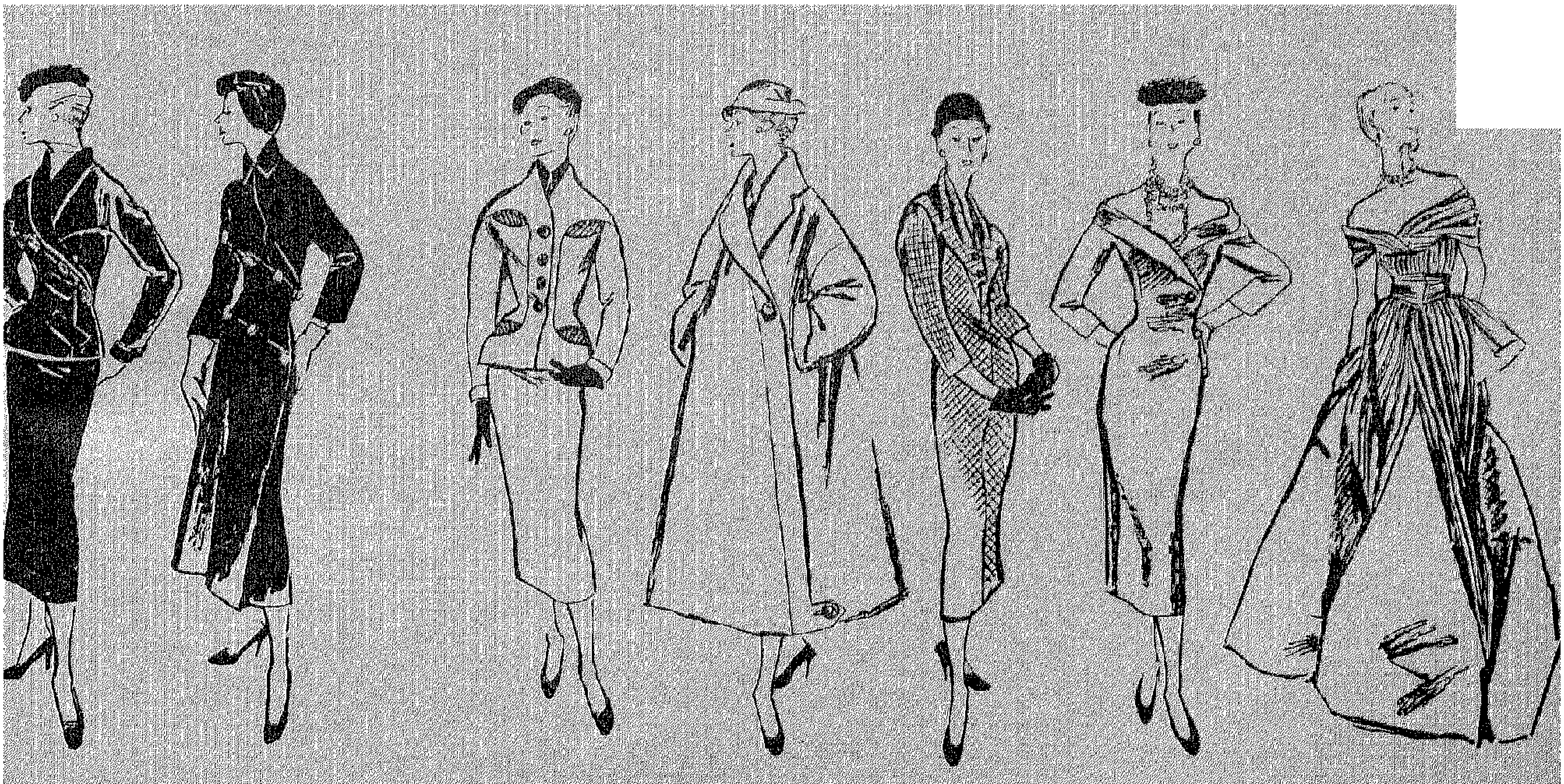
انها فى الثانية من عمرها
وترتدى ثوبا مشغولا
بالاسموكس الازرق

أفكار جديدة ..

استرعت المجموعة التى قدمتها مدام سكيابارللى انظار الجميع لانها توخت فيها الاعتدال فى الاسعار لتشجيع السيدات ذوات الدخـل المتوسط على الاقبال على شراء مجموعاتها ٠ لقد قسمتها كمـا ترين الى أربعه أقسـام ٠ جعلت القسم الاول للسيدات ذوات الدخل المتوسط ٠ والمجمـوعة الثانية للسيدات ذوات الدخـل فوق المتوسط والثالثه للفنيات والرابعه للثريات

المجموعة الاولى

تايير ـ ثوب للنهار ـ ثوب للسهرة



المجموعة الثانية

تايير ـ معطف ـ ثوب تواليت ـ ثوب للسهرة

المجموعة الثالثة

تايير ـ جاكيت ـ معطف ـ ثوب للنهار ـ ثوب تواليت ـ ثوب للسهرة

المجموعة الرابعة

معطف ـ ثوب لبعد الظهر ـ ثوب تواليت ـ ثوب للعشاء ـ ثوب للسهرة ـ تايير ـ ثوب للنهار

ثوب بسيط وتابير أنيق

انه عنوان البساطة وعدم التكلف ويمتاز بهذه الفيونكة الضخمة التى تزيده جمالا . اسفل الجونيلة محلى ببانلة من القماش المقلم ذاته بعد ثنيه على بعضه كما هو ظاهر . انه ثوب الربيع لا ينازعه فى هذا اللقب اى منازع

وهذا تايير الربيع لونه ابيض بنقط مبعثرة هنا وهناك بدون أي نظام . الجاكيت ضيقة باكمام جابونيز ضيقة
وبدون ياقة وقد وزعت الازرار عليه بطريقة جديدة مبتكرة . الجونيلة بسيطة تمتاز بضيق مقبول

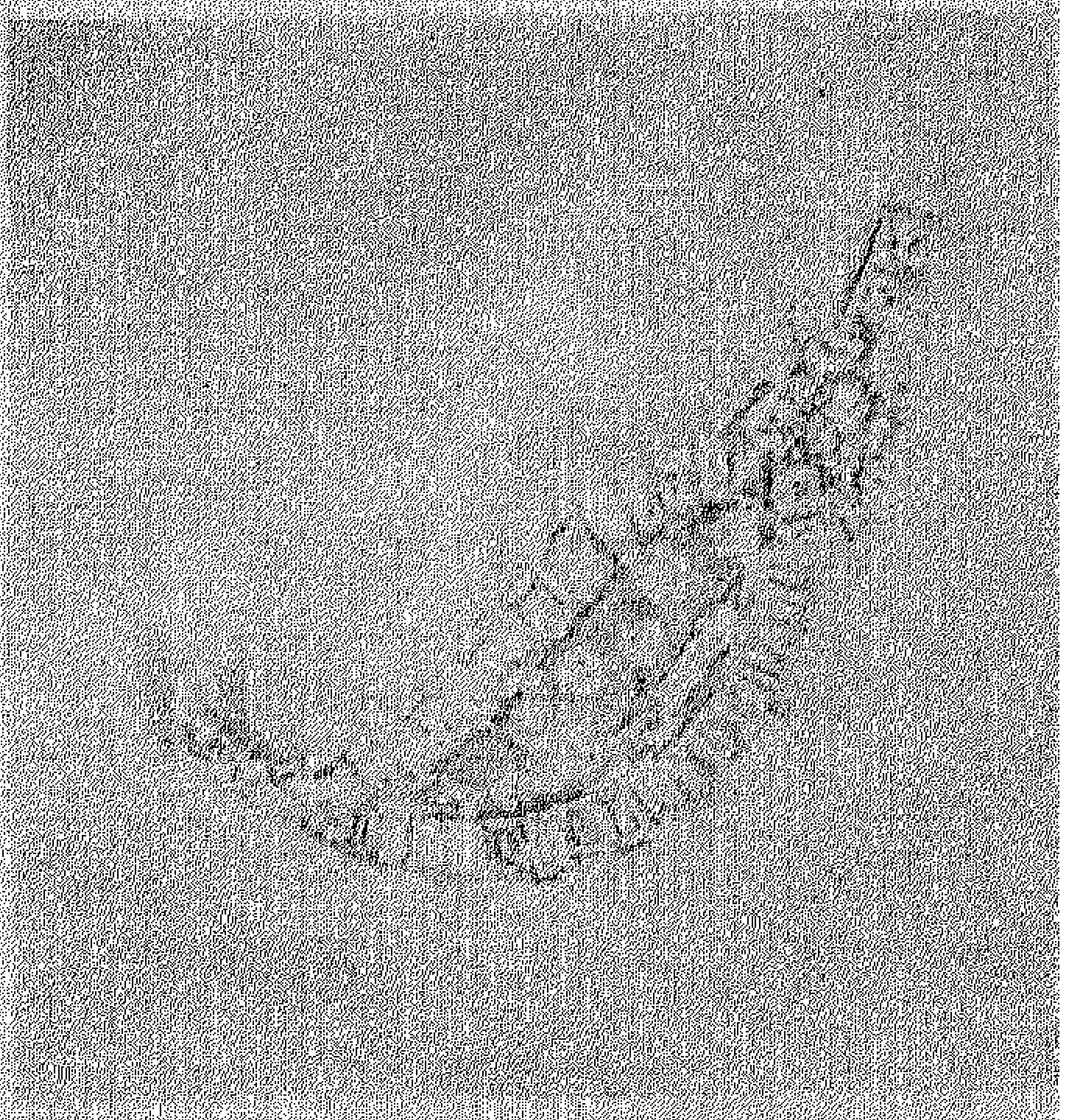
كونى جميلة فى منزلك

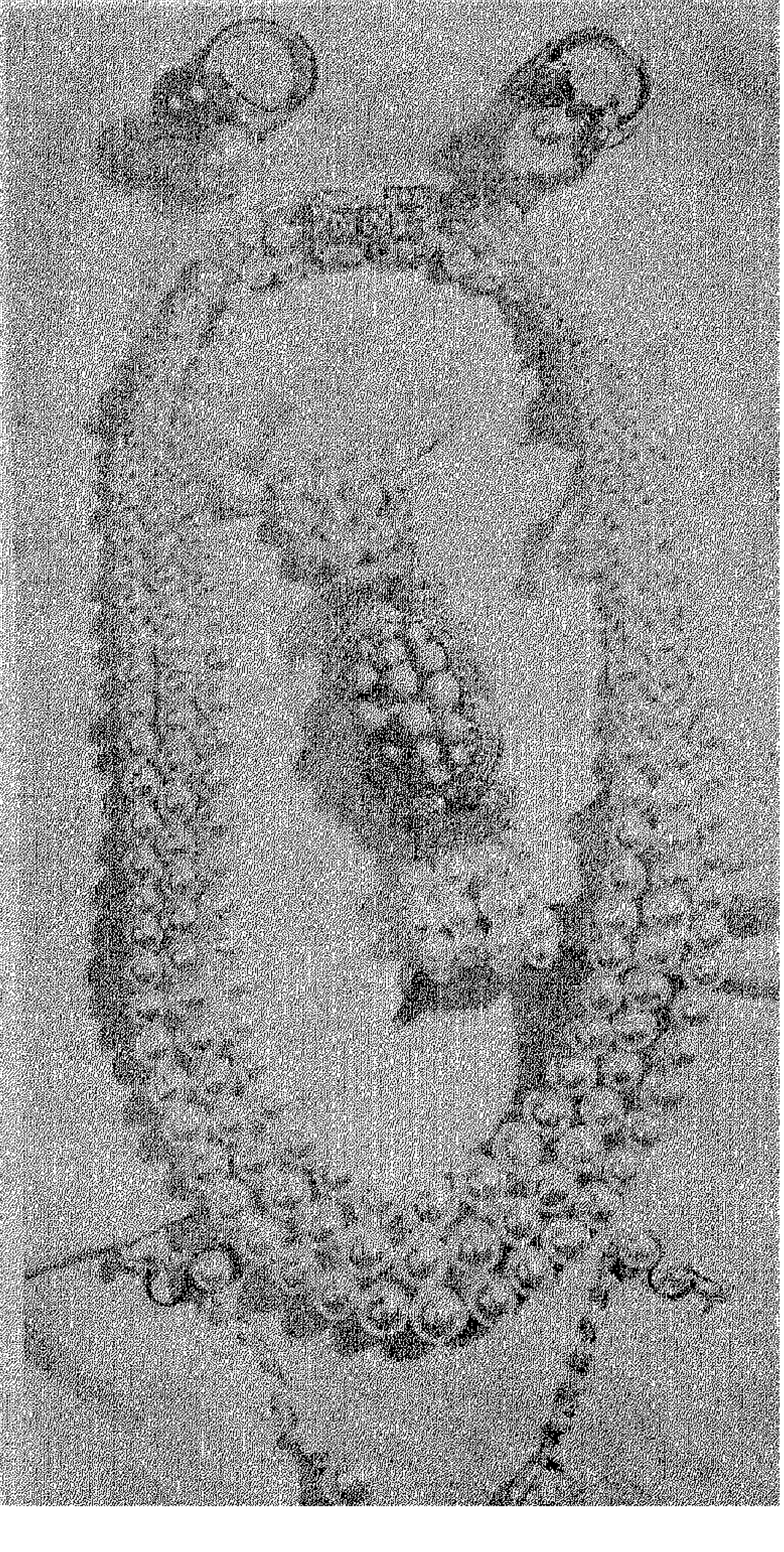
سويتر من جرسيه الصوف الاسود . الديكولتيه على هيئة مثلث قاعدته الى أعلى وراسه الى اسفل وقد حلى طرفه بالجروجران . الجونيلة مضفرة بشرائط

لا يكفى يا سيدتى أن تكونى جميلة وأنيقة خارج المنزل والا كنت من اللواتى يهتممن بالمظاهر . انك اذا ما انتهيت من أعمال بيتك وجب عليك أن تتركى ملابسك التى ارتديتها لهذا الغرض وأن تلبسى الملابس التى تليق بك . لقد اخترنا لك على هاتين الصفحتين موديلين غاية فى البساطة والجمال . ان فى استطاعتك أن تستقبلى بأى واحد منهما صديقاتك كما فى استطاعتك أيضا أن تنتظرى بأى واحد منهما عودة زوجك من عمله . لقد اعتدنا نحن الشرقيات ألا نهتم بهندامنا أمام أزواجنا اعتقادا منا بأن الزوج لا يهتم بأناقتنا وبجمالنا قدر اهتمامه بنظافة المنزل وحسن نظامه . ان السيدة التى تهمل أناقتها لا تعتبر زوجة كاملة . ان ربع ساعة كافية يوميا لاعداد نفسك لاستقبال الزوج . البسى له الملابس البسيطة واهتمى بتصفيف شعرك فالبيت لا يكتمل جماله الا بجمالك وأناقتك . فكرى اذن يا سيدتى فى أناقتك وأنت بمنزلك . ان المسألة لن تكلفك كثيرا . عودى الى دولاب ملابسك وافتحيه معنا . ان هذا الثوب الذى لم ترتديه منذ سنتين لماذا لا تصلحيه وترتديه فى منزلك ؟ وهذه الجونيلة لماذا لا ترتدين عليها شيميزيه ؟ انك لا تحتاجين الى ميزانية خاصة للانفاق منها على هذه الملابس

استرعى هذا الثوب المبتكر أنظار الجميع . وهو عبارة عن جونيلة من الفوترين الابيض الموشى بخيوط مكسرة من الذهب . داخل الثنية بدون أى تطريز . البول أوفر متوسط الاتساع بأكمام ضيقة تصل الى منتصف الساعد . أما الياقة فتحيط بالرقبة المحلاة بسوار مبتكر

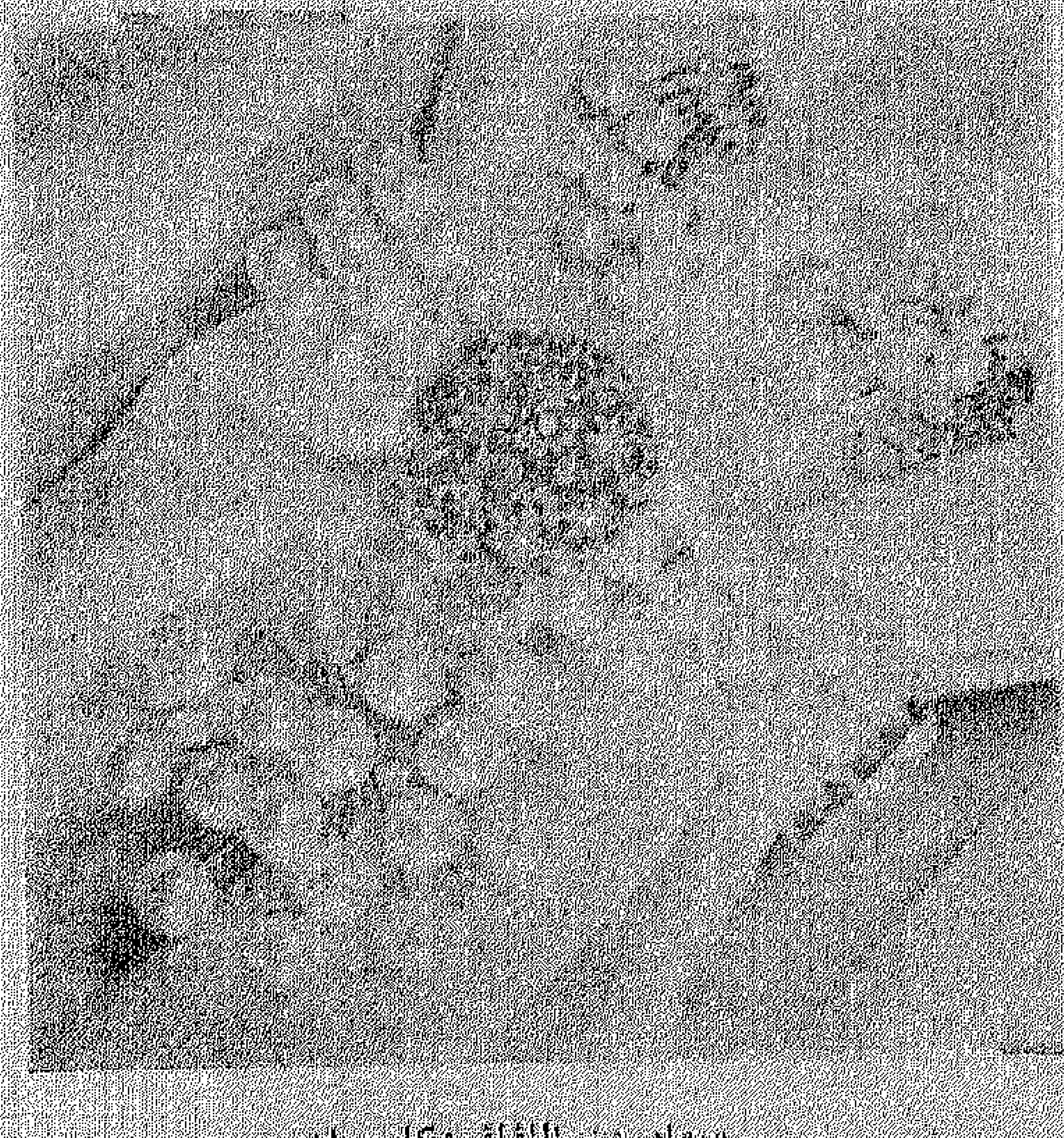
هذا البروش يمكن عمله من الماس الخالص او التقليد



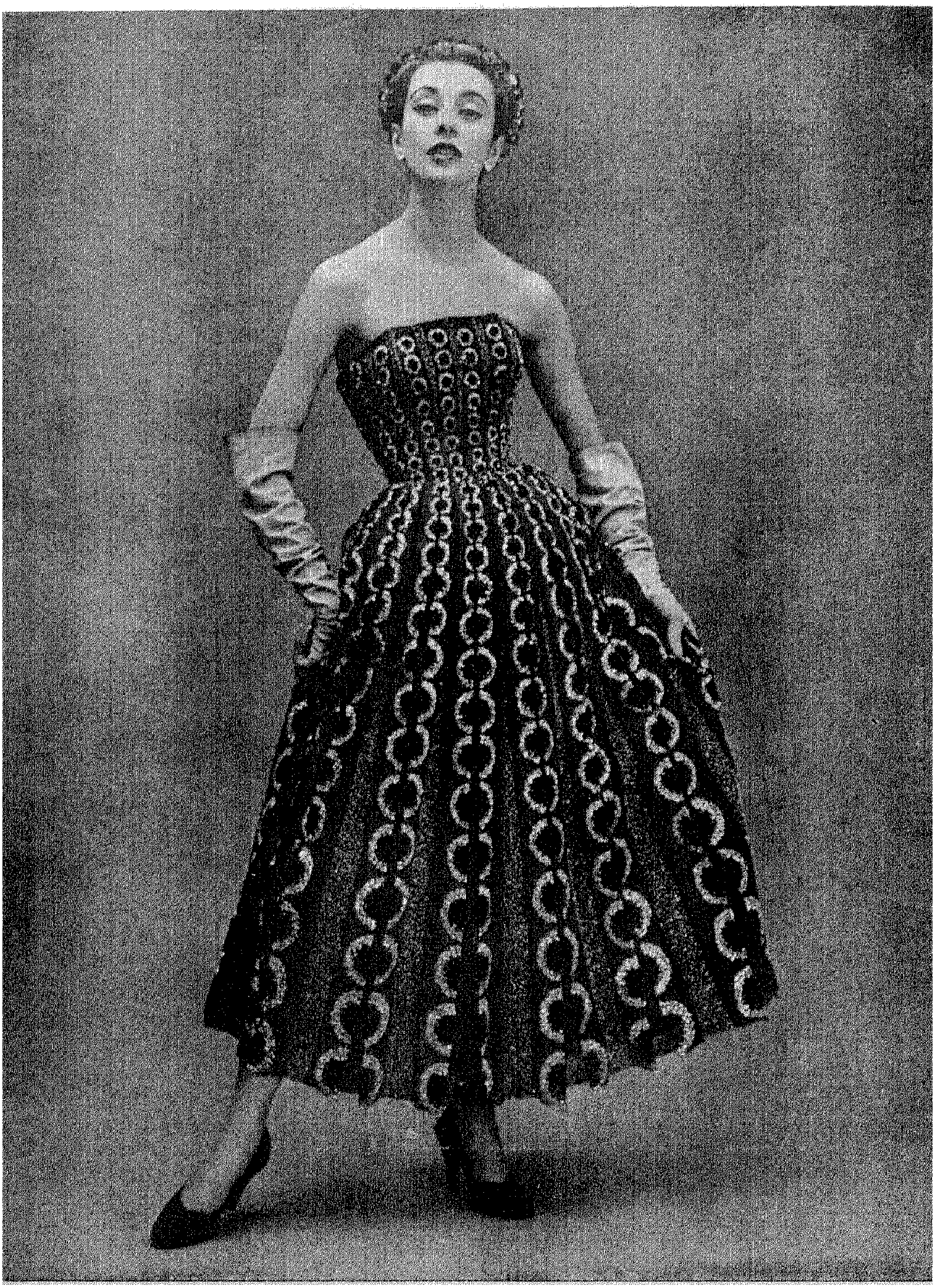


عقد ـ واقراط ـ وخواتم ـ وزراير من اللؤلؤ الحقيقي او التقليد

سوار ذهبي من نوع جديد وبروش واقراط مبتكرة

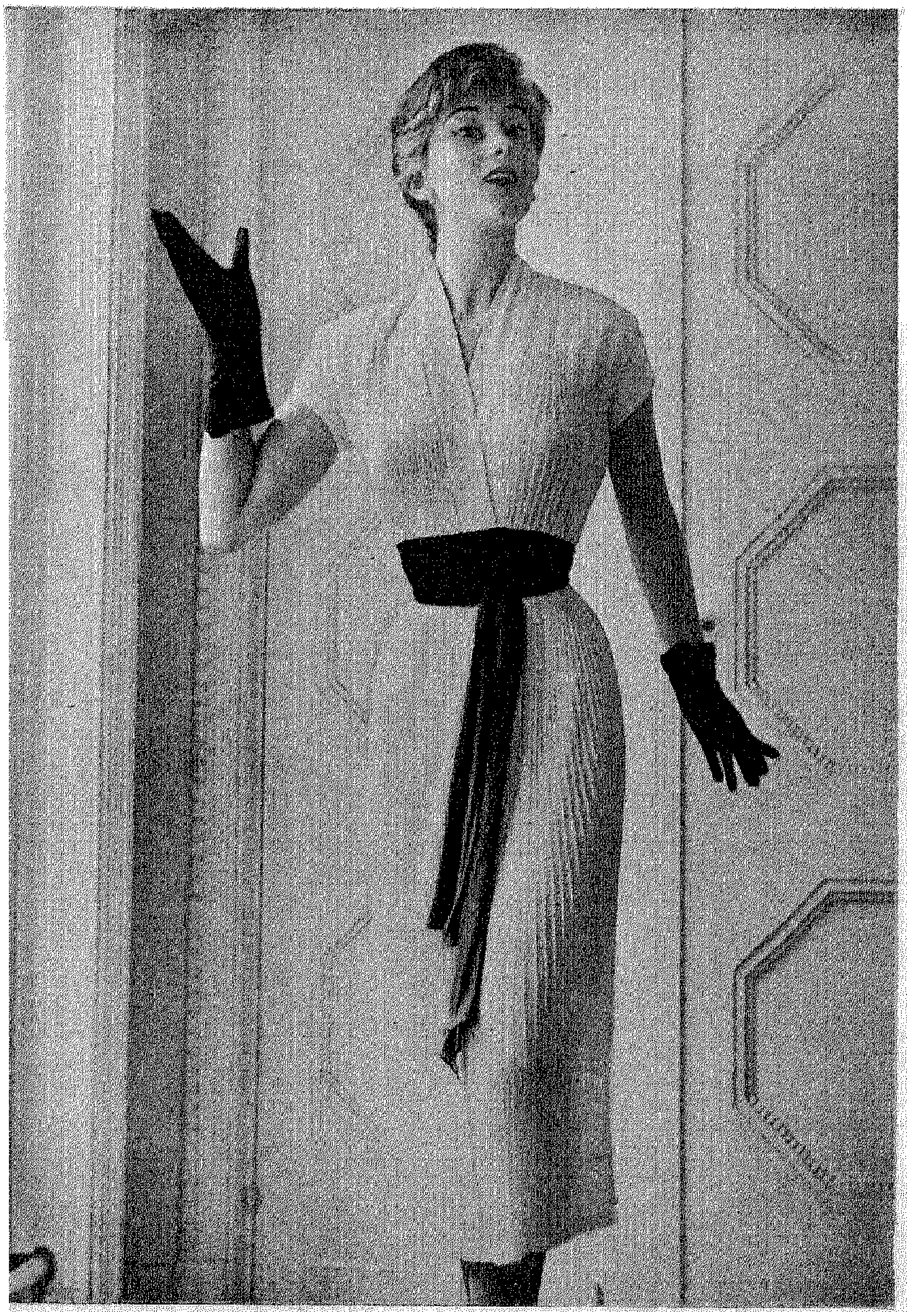


سوار من اللؤلؤ وكليبسات

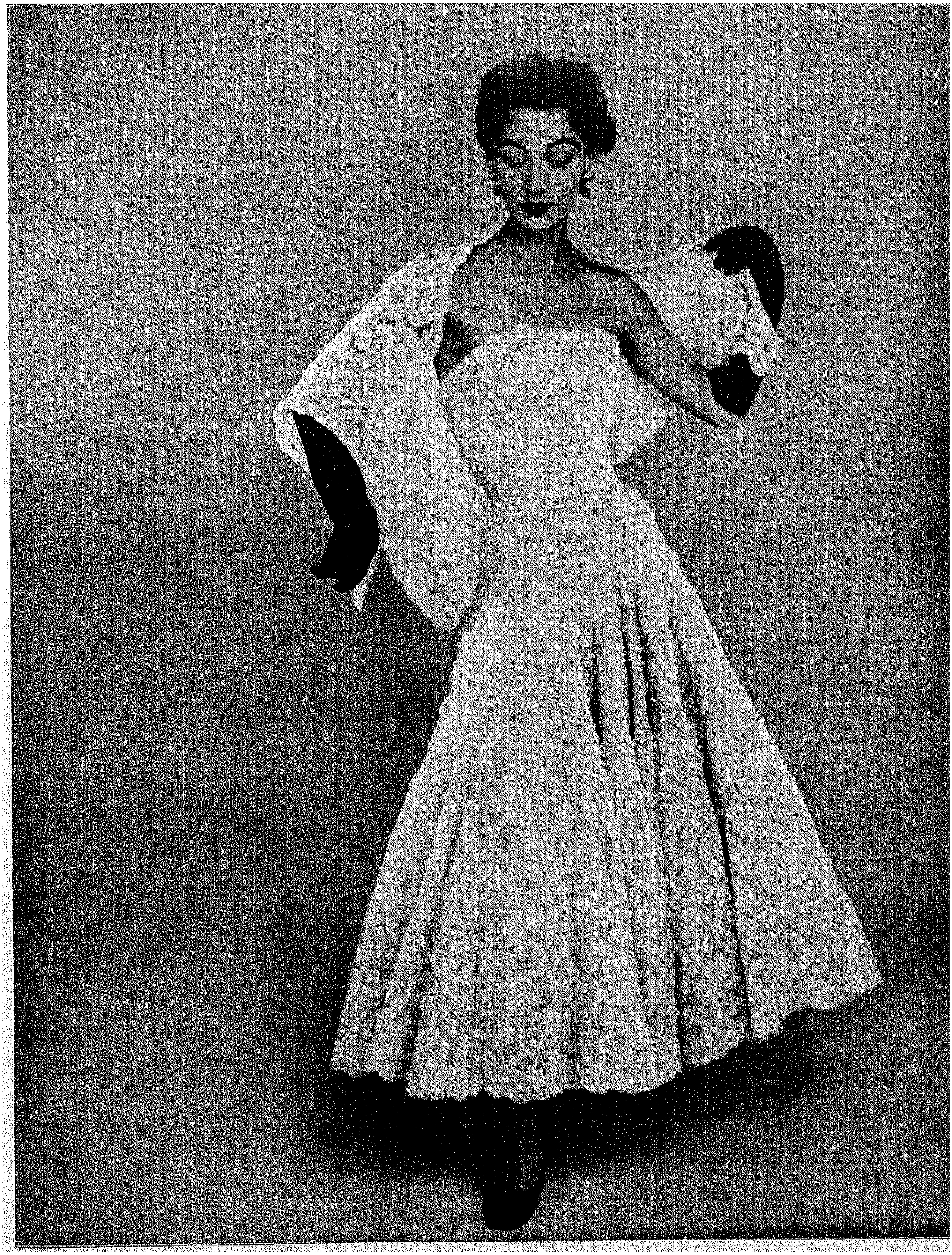


ثوب لحفلات الربيع الساهرة

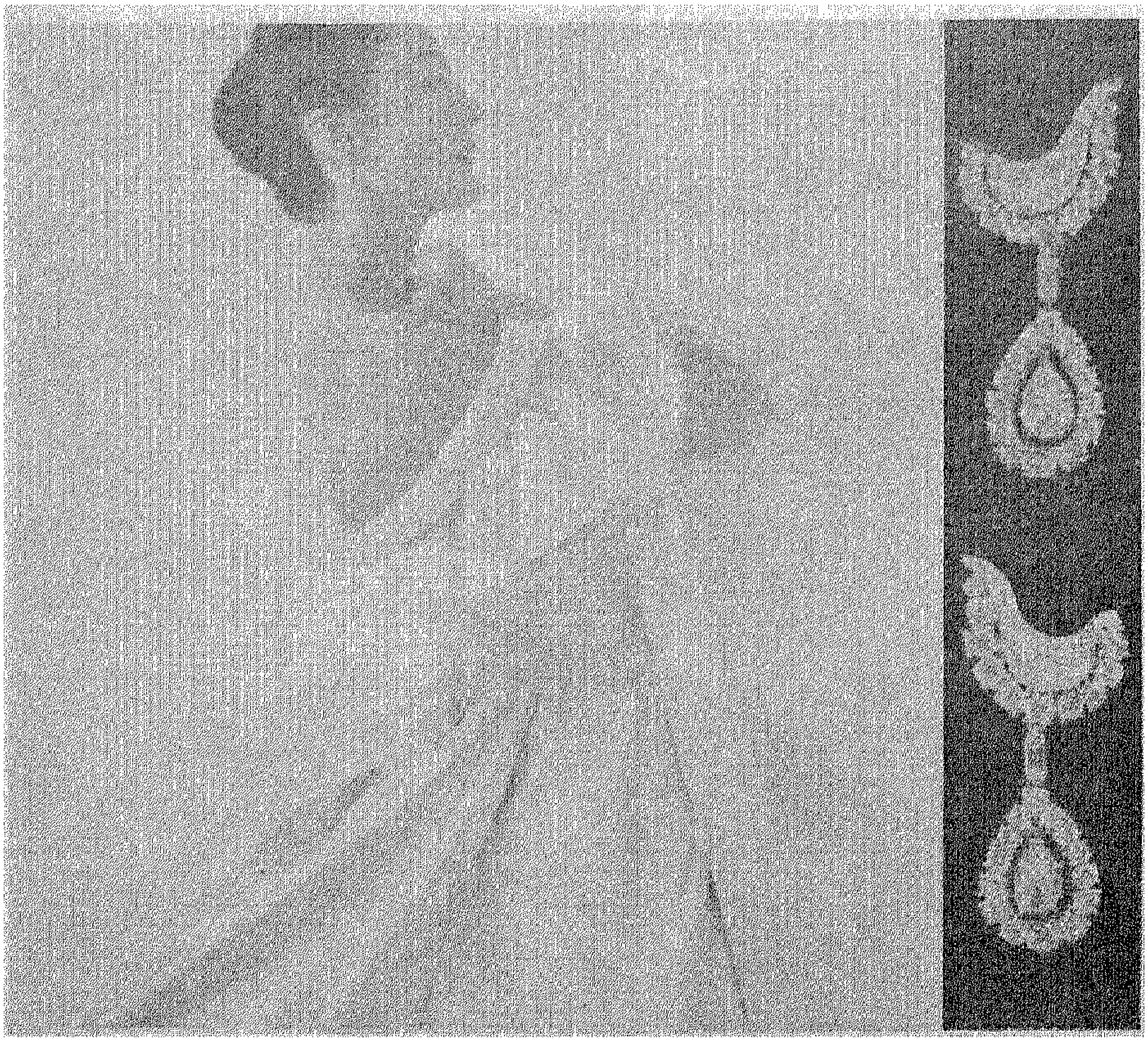
آخر مبتكرات باريس لموسم الربيع ثوب تواليت بدون أكمام وبحزام رفيع



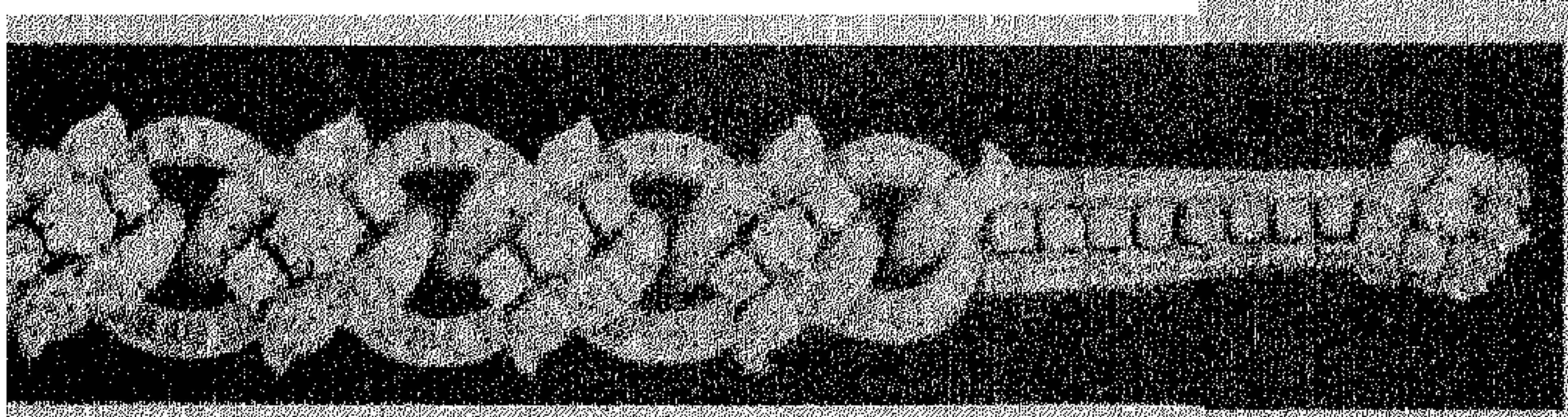
استرعى هذا الثوب الوردى الرائع أنظار كل من شـــاهده وهو يلبسه



ثوب للسهرة من تصميم كريستيان ديور



قرط من المــــاس الطبيعى أو الصناعى لا يعلق في الاذن الا فى الحفلات الساهرة الكبرى



سوار من المــــاس الطبيعي أو التقليد يوضع حــول المعصم ولا يرتدى ألا في الحفـــلات الساهرة

قبعات للمساء

يقدم جلبرت أورسيل هذه ألقبعة الصغيرة ألمصنوعة من القطيفة الخضراء حليت بشرائط مضفرة من لون مناسب

كالوت من القطيفة الخضراء محلاة بريش نعام أبيض ابتكرتها صانعة القبعات المعروفة جان بلانشو

تقدم اخوات لجرو المعروفات فى باريس هذه القبعه المبتكرة بعد ان أطلقتا عليها اسم الجنه . انها كما ترين مصنوعة من القطيفة السوداء ثم كسيت بالريش . ان هذه القبعه لا ترتدى الا بعد الظهر وفى حفلات الاستقبال وقد حليت صاحبتها أذنيها بقرطين ينتهيان بحبه من اللؤلؤ . أما ذراعها اليمنى فيحليها هذا السوار الجميـــل

الجرسيه موضة الموسم

تطلق لولا بروساك على هـذا الثـوب المكـون من قطعتـين والمصـنوع من الجرسيه اسم « اكورديون »

ان لولا بروساك تقدم ايضا هذا الثوب الرمادى المصـنوع من الجرسيه والمحـلى بخيوط من [illegible]

لا تخلو مجمـوعة من المجموعات التى تقدمها محلات الازياء فى باريس وروما ولندن ونيويورك وبرلين من الاثواب المصنوعة من الجرسيه • والصـورة الى اليمـين لتايير من الجـرسيه من تصميم مارسيل روشـاء الذى عنى باظهار الخصر وبعدم تضييق الكمين • ان اقبال السيدات على الجرسيه فى هذا الموسم فاق كل اقبال سابق

بلوزة من موسلين الحرير وكومبنزون من الكريب دى شين الحرير مطعمة بالدانتيلا • أما المناديل فهى من الليلنون المحلى بالفلانسيين

ملابسك الداخلية

روب دى شامبر يمتاز بالسعة • اليـاقة ضيقة
تقفل بشريطة تعقد عند العنق • الاكمام واسعة
باساور ضيقة تغطي جزءا صغيرا من الساعد

روب دى شامبر مريح للغاية مصنوع
من الصوف اللين • وحلى من أعلاه الى
اسفله بازرار صغيرة مذهبة • الاكمام
واسعة تصل الى ما تحت المرفق بقليل

تريكو لفصل الربيع

الخامات المطلوبة : ٢ : اوقيـة صوف ٣ فتل من اللون الابيض = ٢ اوقية صوف ٣ فتل من اللون البمبى الفاتح ١ : اوقية صوف ٣ فتل من اللون البمبى الغامق : ١ : اوقية صوف ٣ فتل من اللـــون الاخضر زوج من الابر نمـــرة ١١ وزوج نمرة ١٤ : ٣ زراير صغيرة : ابرة كروشيه متوسطة الحجم

المقاسات : مقاس دائرة الصدر ٣٤ – ٣٦ بوصة والطول من الكتف حوالى ١٩ بوصة (البوصة ٢ ١/٢ سم)

ملحوظة : ١٧ غرزة مقاسها ٢ بوصة بالعرض وكل ١١ سطــر مقاسها بوصة واحدة بالطول على واقع الشغل

الطريقة :

الامام : ×

استعملى ابر نمرة ١٤ والصوف الابيض واعملى ١٢٦ غرزة واشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب حتى يصل البليسيه الى ٢ ١/٢ ٣ بوصة

غيرى الابر واستعملى الابر نمرة ١١ واشتغلى سطرا بالعدل وسطرا بالمقلوب مع زيادة غرزة فى بداية وفى نهاية السطر

كل ٨ اسطر مستعملـــــة الالوان المختلفة كالاتى : ٤ : اسطر بمبى فاتح : ٦ اسطر اخضر

٦ =اسطر اخضر : ٢ = سطريـن بالبمبى الفاتح : ٦ = اسطر اخضر ٦ =اسطر بمبى فاتح : ٤ =اسطر اخضر ٨ = اسطر بمبى فاتـح ٤ اسطر اخضر ١٠ =اسطر بمبـى فاتح ٤ =اسطر اخضر ١٢ = سطر بمبى غامق ٤ =اسطر اخضر ١٣ سطر بمبى غامق وهنا يكون قـد وصل عدد الغرز الى ١٥٠ غرزة

اشتغلى سطرا اخر باللون البمبى الغامق ثم ١٤ سطر باللون الاخضر اقطعى الفتلة الخضراء

الكم : استعملى اللون البمبـى الغامق واشتغلى ١٢ سطرا مـع زيادة غرزة فى بداية ونهاية السطر الاول والثالث والخامس والسابع والثامن والتاسع والعاشر من هذه الاسطر اقطعى الفتلة البمبى غامق ×

اشتغلى ٤٤ سطر على ١٦٤ غرزة مستعملة الالوان الاتية

٢ : سطر ابيض ١٠ اسطر بمبى فاتح ٤ اسطر ابيض ٨ اسطر بمبى فاتح ٦ : اسطر ابيض ٦ اســطر بمبى فاتح ٤ : اسطر ابيـــض ٤ اسطر بمبى فاتح

الرقبة :

استعملى اللون الابيض اشتغلى ٧٤ غرزة عدل : ارجعى تاركة بقية الغرز على ابر اخرى ثم اشتغلـى سطرا بالمقلوب مع اختصار غرزتين فى بداية السطر (اى جهة الرقبة)

اشتغلى سطرا عدل باللون البمبى الفاتح

اشتغلى سطرا مقلوبا باللـــون البمبى الفاتح مع اختصار غرزتين فى بداية الســطر عند الرقبة

استمرى فى الشغـــل بالتبادل مستعملة اللون الابيض سطريـن واللون البمبى الفاتح سطريـــن لمسافة عشرة اســطر مع اختصار غرزة فى كل سطر جهة الرقبـة . اقطعى فتلة البمبى الفاتح

استعملى اللون الابيض واشتغلى كالاتى لعمل حردة الكم والكتف :

اختصرى ١٢ غرزة فى بدايـــة السطر الاتى (اى الاول) ثم اختصرى ١٢ غرزة فى السطر الثالـث ثم ٩ غرز فى الخامس والسابع والتاسع ثم اختصرى بقية الغرز

امسكى الشغل ووجهه العـدل مواجه لك ثم اوصلى اللون الابيض من جهة الرقبة بالغرز المتروكـــة اختصرى ١٦ غرزة ثم اشتغلـــى بالعدل لاخر السطر – اشتغلـــى سطرا مقلوبا باللون الابيـــض – استعملى اللـــون البمبـى الفاتح واختصرى غرزتين فى بداية السطر ثم اشتغلى لاخر الســطر ســطرا مقلوبا باللون البمبى الفاتح اختصرى غرزتين فى بـدايـة الـــسطر الاتى ومستعملة اللون الابيض ثم اشتغلى لاخر السطر بالمقلوب وباللـــون الابيض لاخر السطر مع شغــل الغرزتين الاخيرتين معا – استمرى فى الشـغل ومســتعملة الالوان كالجهة اليمنى ومختصر غرزة جهة كل سطر الرقبة والالوان كالاتى :

٢ بمبى فاتح – ٢ ابيض بالتبادل لمسافة ٨ اسطر اقطعى اللـــون البمبى الفاتح

استعملى اللـــون الابيـض . اختصرى غرزة فى بداية السطر – اشتغلى عدل لاخر السطر ثـم اشتغلى حردة الكم والكتف كالجهة الاخرى .

الظهـر :

اشتغلى كالامام من العلامة × الى العلامة ×

اشتغلى ٣٦ سطر مستعملـــة الالوان الاتية ٢ ابيض – ١٠ بمبى فاتح ٤ ابيض ٨ بمبى فاتح ٦ ابيض ٦ بمبى فاتح – اقسمى الغـــرز لفتحة الظهر .

استعملى اللون الابيض واشتغلى ٨٢ غرزة ارجعى تاركة بقية الغرز على ابرة اخرى

× × اشتغلى ٣ اسطر ابيض ٤ بمبى فاتح ثم اشتغلى ١٤ سطر بالتبادل ٢ ابيض و٢ بمبى فاتـح وتنتهى باللون الابيض

اقطعى اللون البمبى الفاتح × × × × × – استعملى اللــــون الابيض فقط واختصرى ١٢ غرزة فى بداية السطر التالى (الاول) ثم ١٢ غرزة اخرى فى السطر الثالـث و٩ غرز فى السطر الخامس والسابع والتاسع – اشتغلى سطرا ثـم اختصرى ٢٢ غرزة الباقية × × ×

امسكى الشغل ووجهه العـدل مواجه لك . اوصلى الخيط الابيض من الجهة الداخلية للغرز المتروكة واشتغلى من العلامة × × الـى العلامة × × – اشتغلى سطـرا اخر بالابيض ثم اشتغلى من العلامة × × × الى العلامة × × ×

الاتمام :

استعملى خرقة مبللة فى كـى النسيج وهو على الظهر بشرط الا تمسى البليسيه بالمكواة . خيطى الاكتاف تاركة حوالى ١/٤ بوصة من الحافة . امسكى الشغل بشرط ان يكون وجهه العدل مقابل لك وباستعمال اللون الابيض والابـر ١٤ التقطى ١٠٨ غرزة على حافـة الرقبة . اشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب ٩ اسطر (بليسيه)

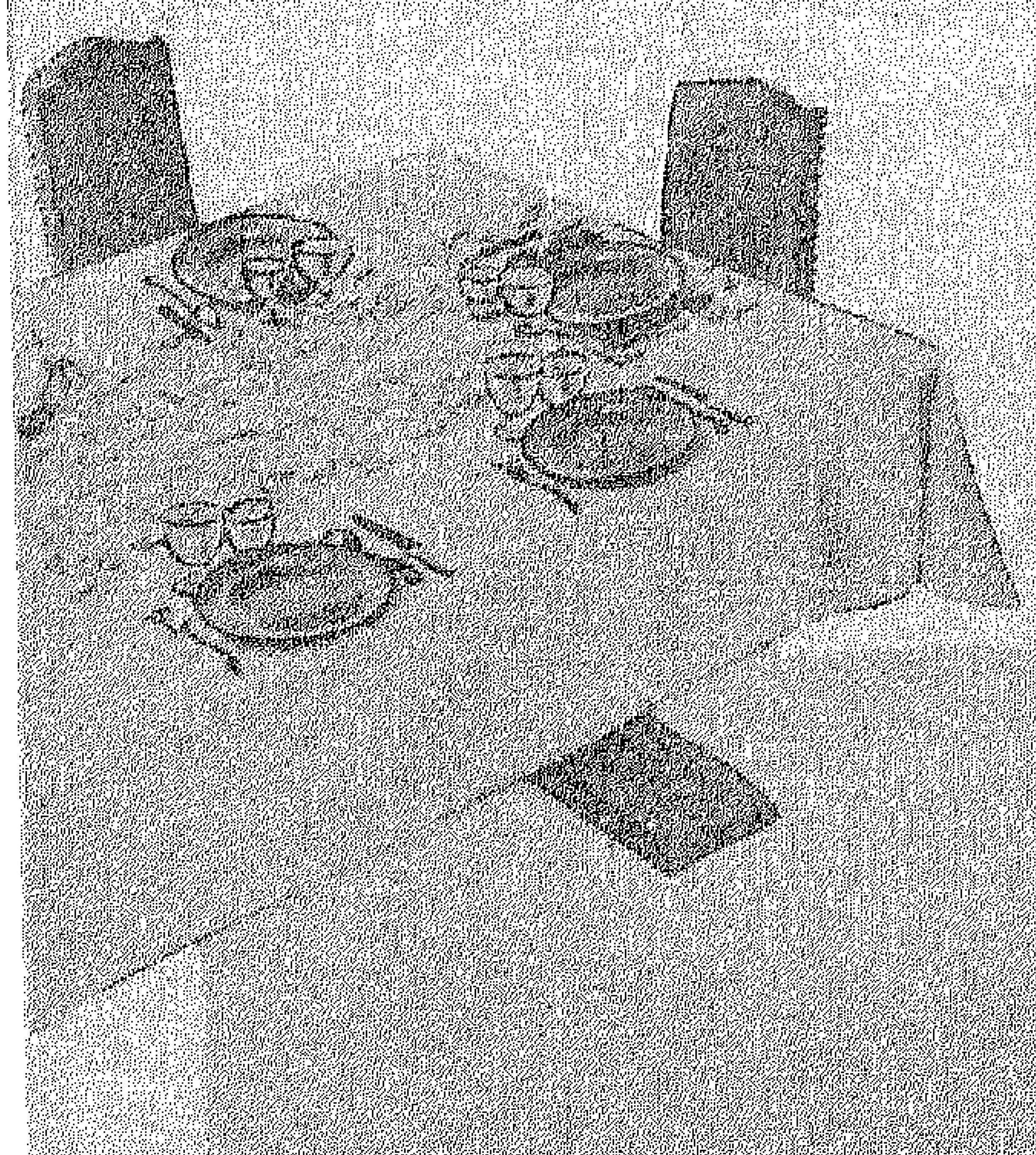
اختصرى مع مراعاة عدم الشد اثناء الانتهاء

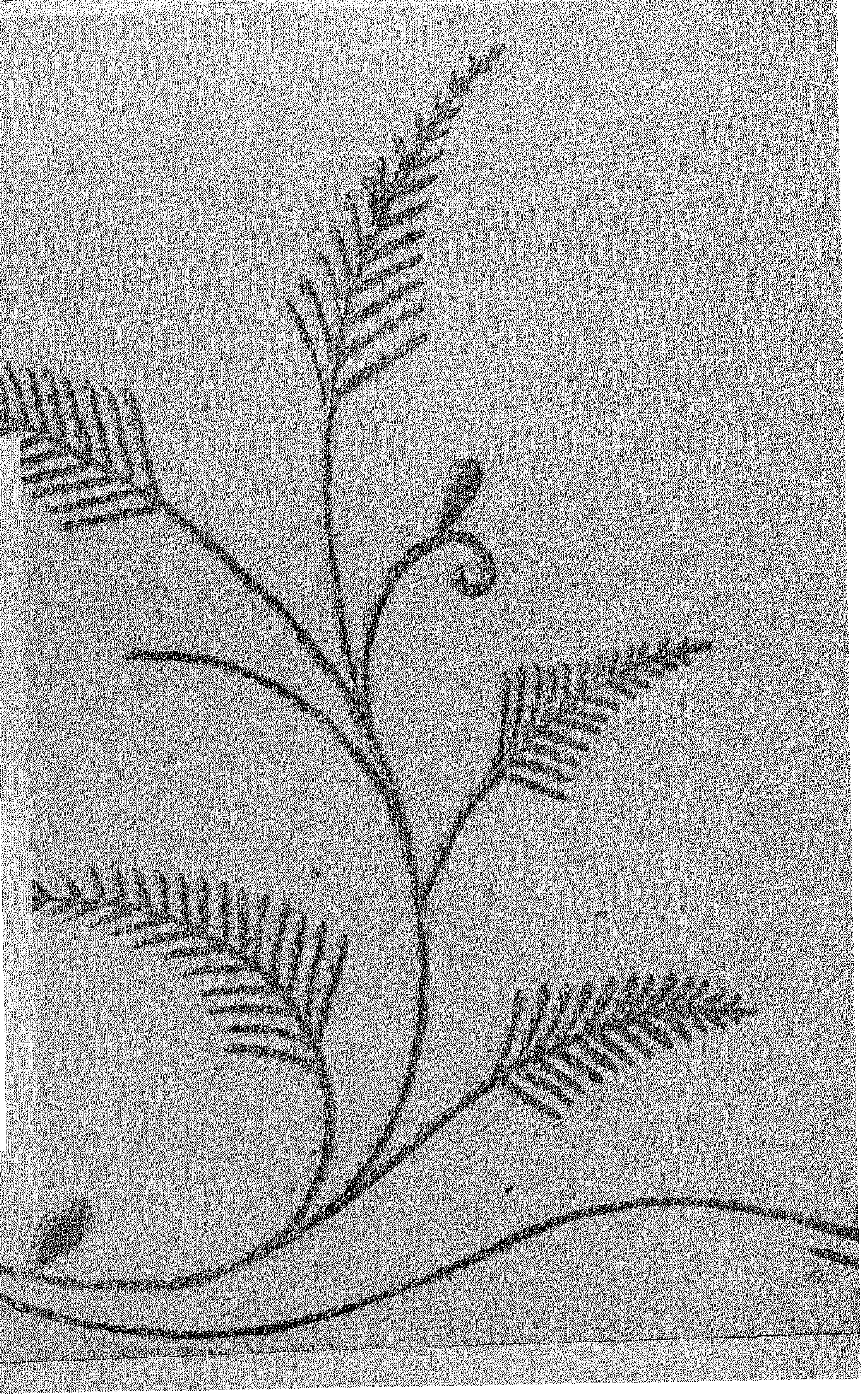
جهة العدل مواجهة لك وباللون الابيض والابــر ١٤ التقطى ١١٦ غرزة على الكم واشتغلى غرزة عدل وغرزة مقلوب ٩ اســطر ايضا . اتمى بليسيه الكم الاخر كذلك . خيطى الجوانب وبالابرة الكروشيه اعملى حافة حول فتحة الرقبة من الخلف مع عمل ثلاث عراوى فى هذه الحافة . ضعى الزراير

زخارف مبتكرة

انظرى للرسمين الموضحين اعلاه فانه يمكن استعمالهما فى زخرفة اثاث المنزل (ستاير ، أو أباجور ، أو مفارش .. الخ) ويجب ملاحظة سلامة الذوق فى اختيار الالوان وتنسيقها ولاحظى أن تكون وحدات الرسم الكبير كلها بلون واحد ، أما وحدات الرسم الصغير فتكون بلونين فقط (١) الورد كله بلون واحد (٢) والعروق كلها بلون واحد أخضر غامق أو بنى *

مفرش مبتكر لمائدة الطعام



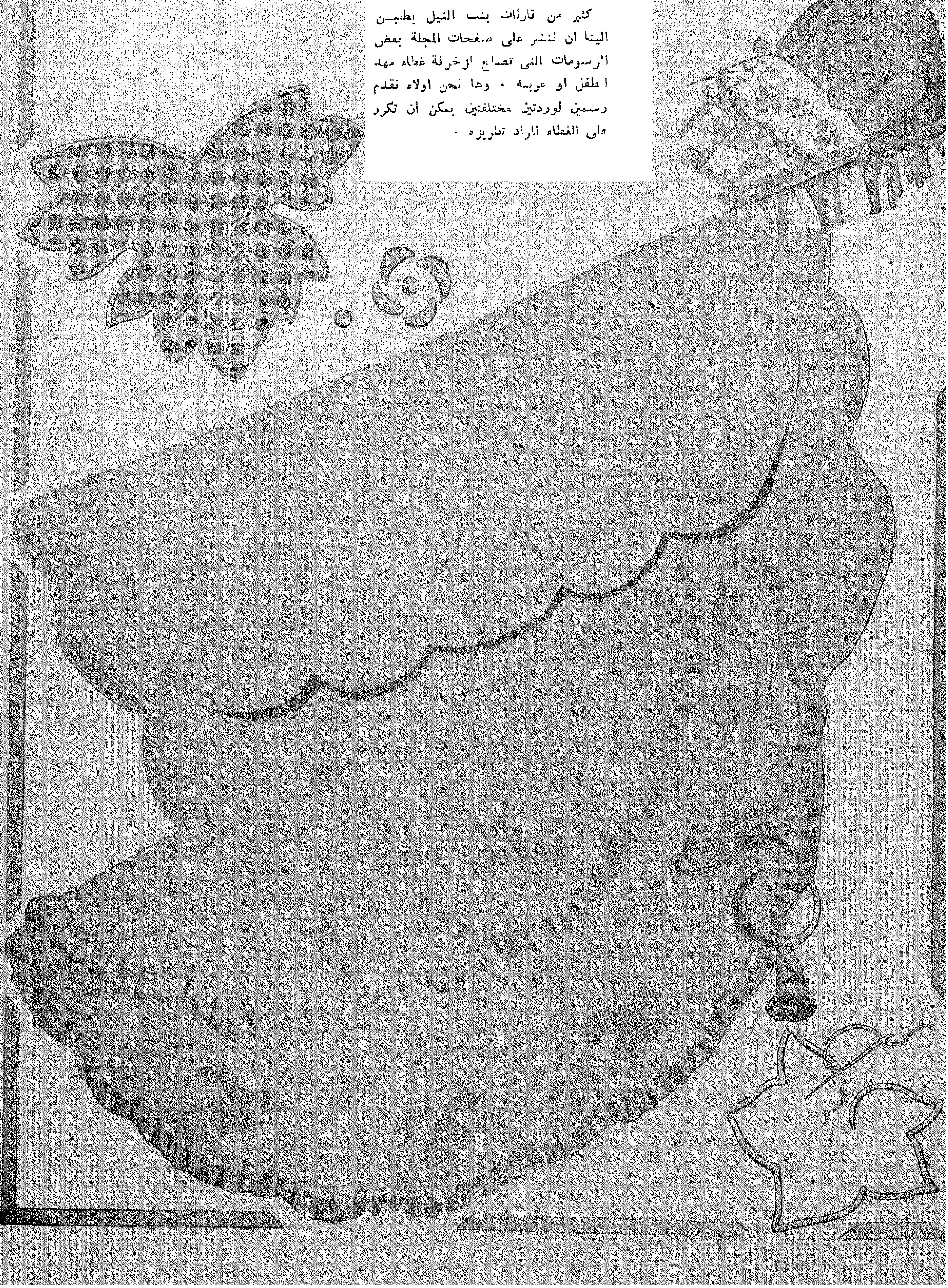


ان المفرش الذى نقدمه اليك هذا الشهر مصنوع من الكتان السميك الكريم رسم فى وسطه هذا الغصن الجميل الذى يمتد من اول المفرش الى اخره كما هو مبين فى الصورة اعلى الصفحة . ان هذه الاغصان المتشابكة مشغولة بغرزة الفرع ، اما الازرار فتطرز بغرزة اللانسيه . اختارى اللون النحاسى او الاحمر والاخضر او البنى او الاصفر الذهبى او الازرق . واختيار اللون كما تعلمين يتعلق الى حد بعيد بلون الفرش الذى تغطين به اثاث غرفة المائدة .

وينتهى المفرش بعمل اورليه صغير حول حافته يخفى بصف من غرزة الفرع . ارسمى على الفوط المصاحبة لهذا المفرش جزءا من هذا الفرع

زخرفي مهد طفلك ***

كثير من قارئات بنت النيل يطلبــن الينا ان ننشر على صفحات المجلة بعض الرسومات التى تصلح لزخرفة غطاء مهد الطفل او عربته . وها نحن اولاء نقدم رسمين لوردتين مختلفتين يمكن أن تكرر على الغطاء المراد تطريزه .



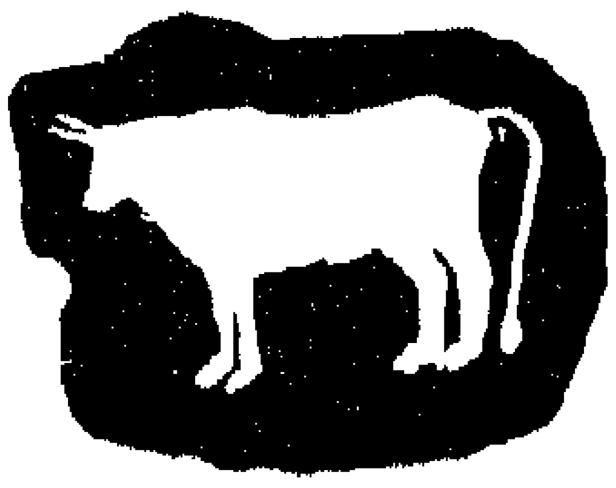
حظك هذا الشهر

من ٢١ مارس الى ٢٠ ابريل : لا تتركى لخيالك العنان لئلا يتأثر نشاطك ويقل انتاجك . انك ستشعرين بحيوية دافقة حين تبدئين عملك ولكن لن يلبث ان يساورك شعور بالملل بعد فترة وجيزة

من ٢٠ ابريل الى ٢١ مايو : انك على العموم لا تحبين المشاكل . ان عددا منها سيعترضك . ولكن لا تيأسى . اعتصمى بالهدوء الذى هو من شيمك . مضايقات مالية. زعل نتيجة لشدة اخلاصك لمن تحبين وثقتك به

من ٢١ مايو الى ٢١ يونيه: عصبية تبلغ حد المرض وقلق لا اساس له من الواقع ميل الى الشعور بانك ضحية لغيرك . ان قاومت هذا الشعور كان شهرك شهر نشاط وعمل مفيد . عدم ثقة فى الحب

من ٢١ يونيه الى ٢٢ يولية : ميل للانفعال والتأثر خيال خصب زائد عن الحد المألوف . ضعف فى الارادة لا تجعلى غيرك مسئولا عن ضعفك . عدم مبالاة من الناحية العاطفية



من ٢٢ يولية الى ٢٣ اغسطس : كونى واثقة من نفسك ان اردت الاستفادة من حظك فى هذا الشهر . ستستفيدين من معارفك ولكن حظك فى الحب ضعيف جدا

من ٢٣ اغسطس الى ٢٣ سبتمبر : ان كانت الظروف فى غير جانبك فلا تدعى اليأس يدخل قلبك . ان عندك من المؤهلات ما يسمح لك بالاستفادة من كل شىء . ان غيرتك لا معنى لها

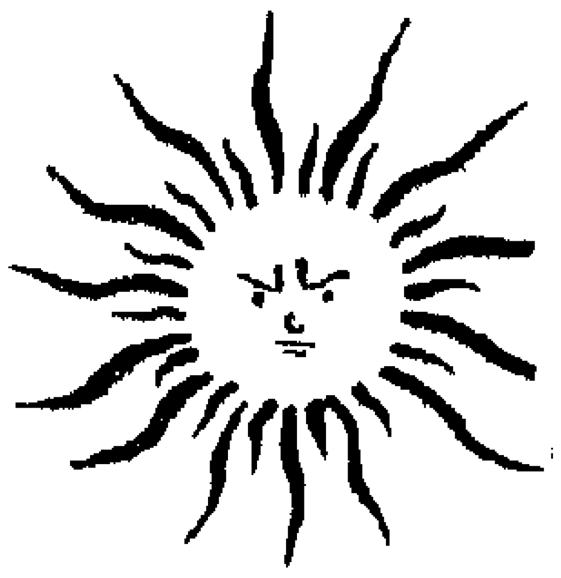
من ٢٣ سبتمبر الى ٢٣ اكتوبر : سيصطرع العقل مع العاطفة فى هذا الشهر . استغلى دبلوماسيتك ولا تستعجلى الحوادث فالايام كفيلة باعادة المياه الى مجاريها

من ٢٣ اكتوبر الى ٢٢ نوفمبر : انه شهر المشروعات والحركة التى لا تهدأ . ستخلقين المصاعب لنفسك مشاحنات مع زوجك وسوء تفاهم عاطفى يمكن اجتيازها بكياستك المعهودة

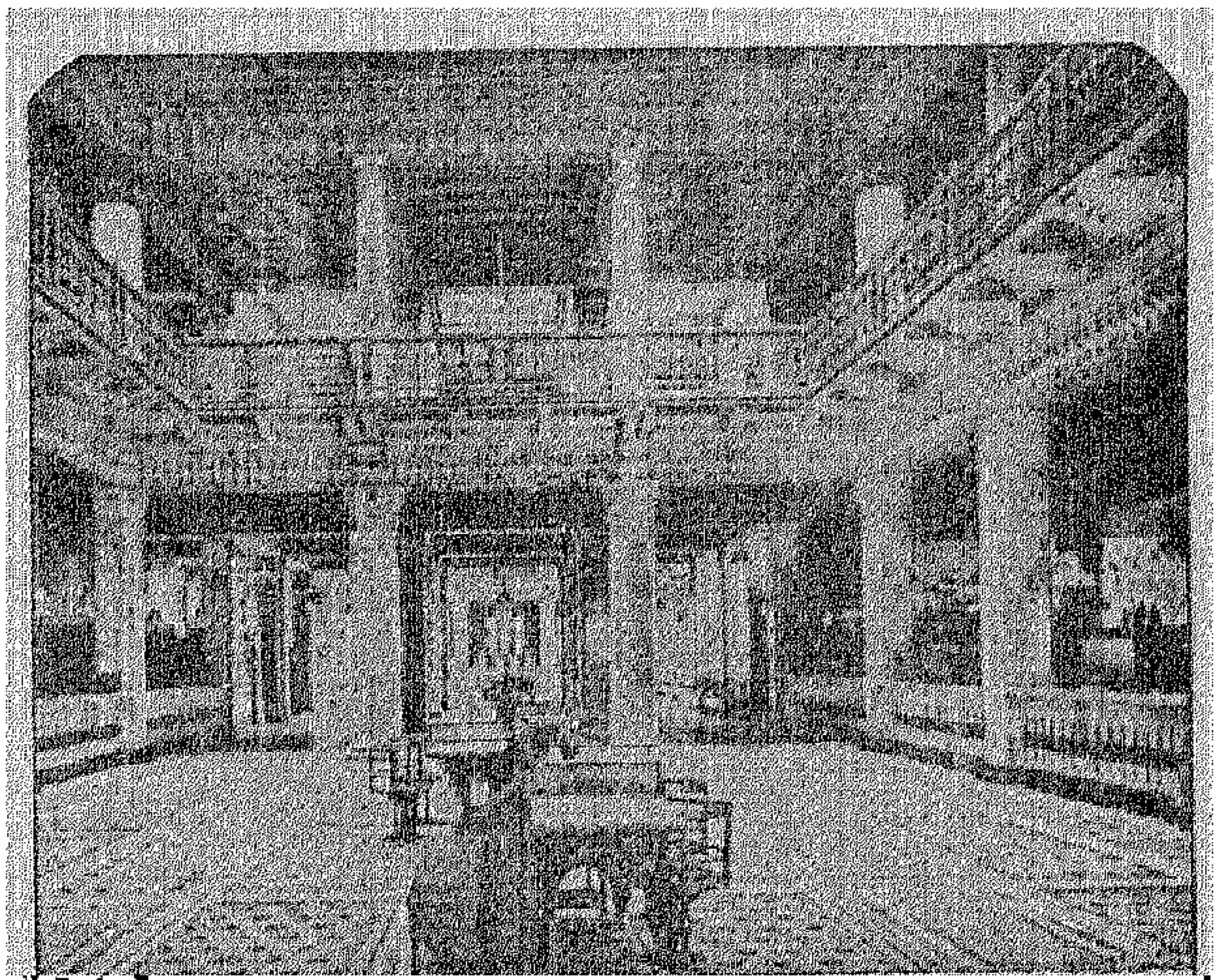
من ٢٢ نوفمبر الى ٢٣ ديسمبر : هذا الشهر صالح للنشاط العقلى والفكرى ان افكارك عملية ومثمرة . لا تكثرى من النقاش فى المسائل العملية والعاطفية

من ٢٣ ديسمبر الى ٢٠ يناير : نشاط يعقبه هدوء وهدوء يعقبه نشاط . مضايقات واقعية حينا وخيالية احيانا . كونى متسامحة مع المقربين اليك واكثر تفاهما فى النواحى العاطفية

من ٢٠ يناير الى ١٩ فبراير : تغييرات قد تقع قريبا . علاقات جديدة ذات فائدة . مجهودات تبذلينها لتحسنى مركزك سوف يأتى ثمارها . سحرك سيغزو قلوب الرجال



من ١٩ فبراير الى ٢٠ مارس : افكار كثيرة وامال ومشروعات طيبة وحظ سعيد ان كنت ذات ارادة قوية ومنطق . ان ما تعتقدينه حبا فليس هو كذلك



بنك مصر
البناء الذى رفعته العزة المصرية
ودعامتها فى الاستقلال الاقتصادى
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
فروعه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه فى كل بلاد الخارج .

للرجال فقط

◆ مهما كان الجمال فانه يتشابه ويتكرر ، اما الشخصية فانها الشيء الوحيد الذي يمكن ان تنفرد به !

●

◆ كل الرجال يسلمون بأن المرأة زهرة جميلة . ولكنهم . يختلفون في غايتهم منها .. رجل يشمها ! ورجل ينظر اليها ! ورجل يضعها في عروة جاكتته ورجل يفركها بين اصابعه .. ورجل يجمع منها باقة ! ورجل لا يقتنع منها باقل من حديقة !

●

◆ تحب المرأة ان تكون معبودة من جميع الرجال .. ولكنها لا تحب سوى الرجل الذي تعبده هي !

●

◆ قالت له :

ـ ايها المتقلب متى تؤمن بالحب؟

فاجابها :

ان ايماني بالحب هو الذي يدفعني دائما للبحث عنه !

●

◆ قال خبيث فرنسي

المرأة في فترة الخطوبة تلهم الرجل روائع الاعمال .. ولكنها بعد الزواج تمنعه من تنفيذها !!

●

◆ ايها الرجل احذر ان تكون اضعف من فتاتك حتى لا تخجل منها واحذر ان تكون اجمل من فتاتك حتى لا تخجل منك !

◆ لو عرف الشبان ان الزواج الواحد هو حماقة العمر لما اقدم بعضهم على تكراره !

●

◆ يستشهد بعض الرجال على ان المرأة عملية اكثر من الرجل ، فان اعنف المواقف العاطفية بينهما لا تشغلها عن تحويل الحديث بينهما ناحية الزواج!

●

◆ تحاول المرأة استرجاع احلامها بالتفكير في ذكريات خطوبتها ويحاول الرجل الهروب من همومه بتناسي حقيقة زواجه !!

●

◆ ان مركب النقص عند بعض الرجال هو الذي يدفعهم للتفكير في التحكم في حياة المرأة .. لان الرجل لاينسى ان المرأة هي التي تصنع له الحياة !

●

◆ المرأة لا تحب الرجل الغبي ولا تحتمل الرجل الذكي !

●

◆ المرأة المثالية في عين الزوج هي التي تحمل صفات ليست في زوجته .. فهو يعجب بذوات الشخصية من النساء اذا كان الجمال هو ميزة زوجته .. ويعجب بالجمال اذا كانت الشخصية هي ابرز صفات زوجته

●

◆ تهرب المرأة من الرجل الذي يحاول ان يفهمها .. وتضيق بالرجل الذي لا يستطيع ان يفهمها !

●

◆ سأل الصحفيون نجمة هوليود الساطعة جين تيرني :

هل تنوين حقا الزواج من الامير علي خان

قالت : كلا .. انني احبه جدا ولا اريد ان ابدد هذا الحب !

تجني فائدة أوفى

باستعمال

كويكر أوتس

في غذاء واحد - كويكر أوتس - وبنفقة قليلة تحصل عائلتك على العناصر الاساسية المغذية لتنعم بصحة جيدة - ولا توجد حبوب اخرى نعرفها لها من القوة الغذائية قدر كويكر أوتس . ولهذا اطلق عليه غذاء الطبيعة العجيب - أفطر به كل صباح

فوائد اكثر بنقود قليلة باستعمال كويكر أوتس

اكثر نشاطا .... لانه غني بالكاربوهيدرات
اكثر مقدرة .... لانه يفيض بالبروتين
اكثر قوة .... لانه يحوي كمية وافرة من تيامين (فيتامين ب١)
اكثر بهجة .... لان كل فرد يحب طعمه الشهي اللذيذ

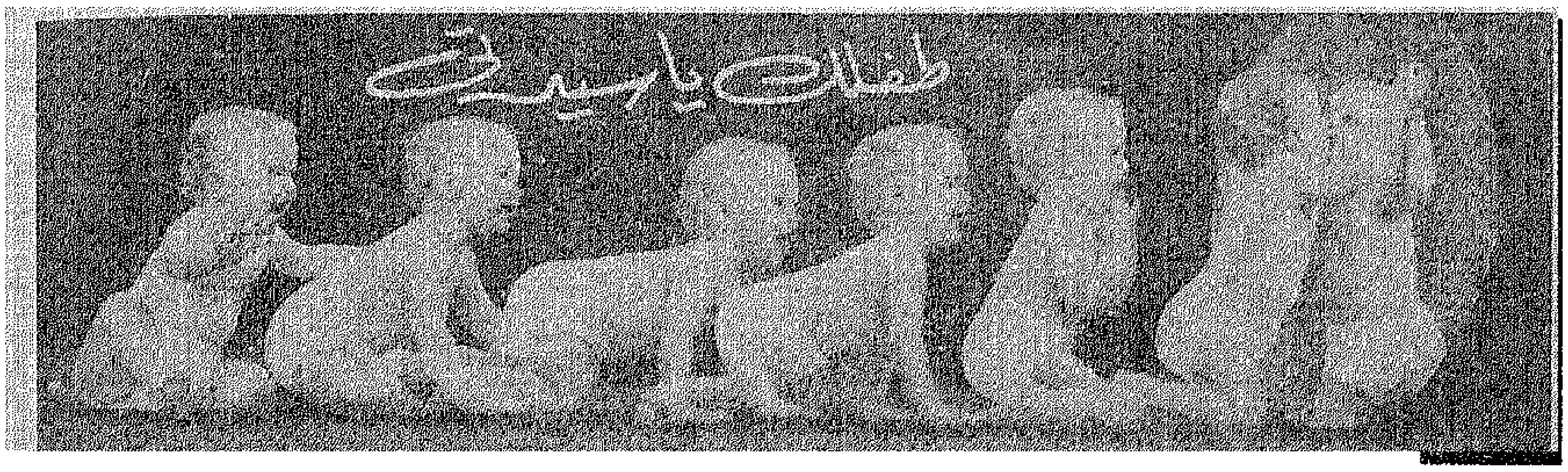
للاقتصاد !

اشتر الحجم المضاعف وزن ٤ع اونس لحفظ نقودك
اكتب الى ص ب ١٧٦٤ بالقاهرة للحصول مجانا على كتيب وجبات "كويكر اوتس"

س . ق . مصر ٧٨٦١

اشتراكات مجلة بنت النيل

مـ	
١٠٠	الاشتراك السنوي في مصر والسودان
١٥٠	الاشتراك السنوي في البلاد العربية
٢٠٠	الاشتراك السنوي في الخارج (او ما يعادلها)



ان معظم الاطفال يرفضون الطعام بين حين وآخر . وغالبا مايكون ذلك لاسباب وجيهة . فلنحترم ما يحبه الطفل وما يكرهه ولنذكر أن الطفل قد يكره طعاما ثم ينسى ذلك بعد أيام قليلة .

والاطفال الذين يحظون بزيادة من الاهتمام نتيجة امتناعهم عن الاكل قد تكون لديهم عادة رفض الطعام لانه يسرهم أن يكونوا موضع الاهتمام .

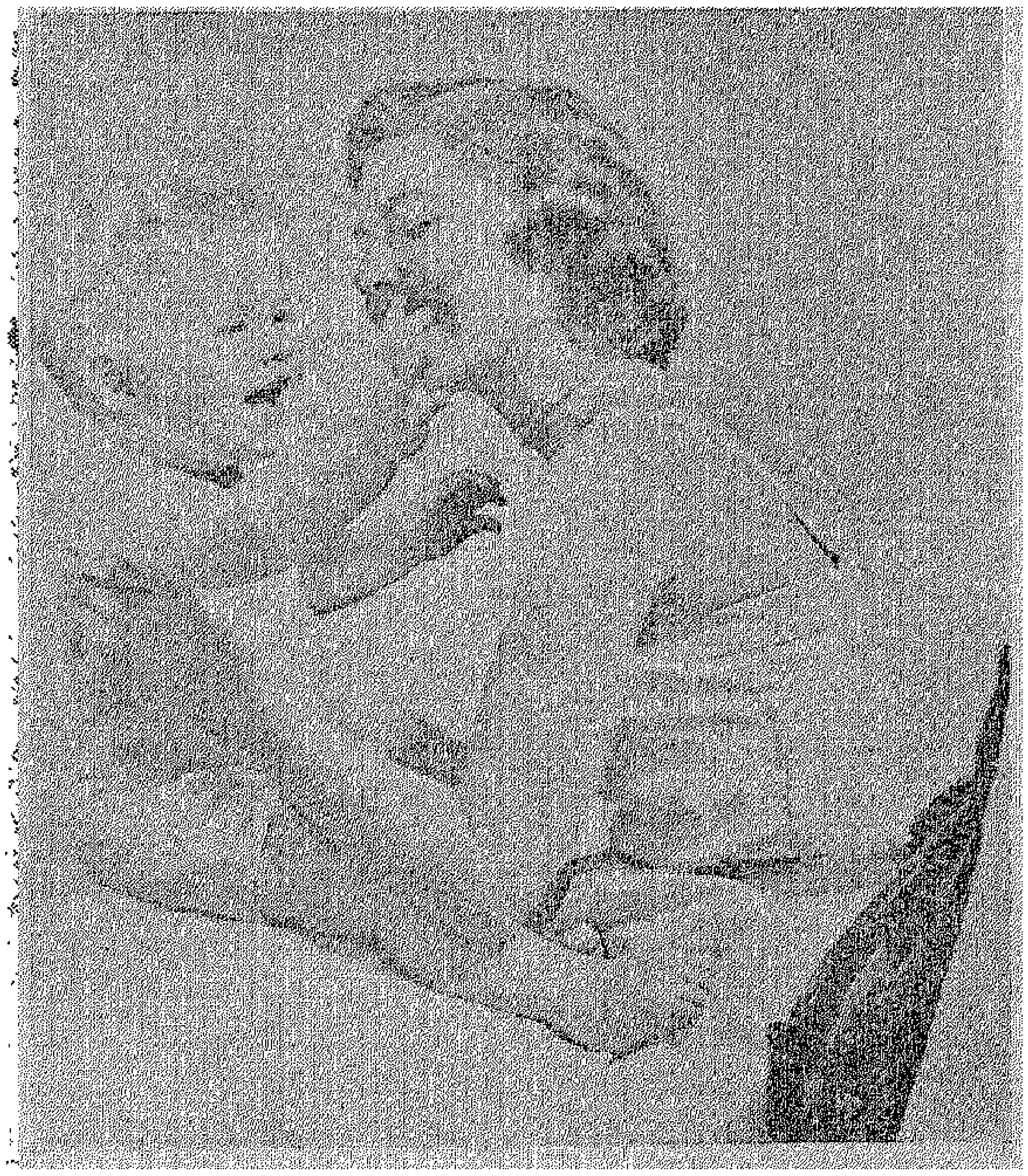
تذكرى على الدوام يا سيدتى أن الاطفال كالكبار لديهم رغبة المفاضلة بين الاطعمه فاذا ما رفضوا أحد الاطعمة وجب ابعاده دون اكتراث ودون كلام . وفى مرة تالية يمكن تقديمه الى جانب صنف مفضل ويكون تقديم الطعام الجديد للطفل عندما يكون جائعا ومرحا . وأحسن طريقة لحمل الاطفال على أكل كافة أنواع الطعام هى اعطاؤهم حرية الاختيار وعدم اجبارهم على الاكل ضد رغبتهم . وهناك نقطة مهمة جدا ـ اعملى على الدوام أن يكون طفلك أثناء تناوله طعامه فى وضع مريح ... يجب أن يكون الكرسى مناسبا وأدوات المائدة ملائمة له ويستحسن استخدام الاطباق والمفارش الملونة .

ومن الحقائق الاولية أن الطفل الصحيح هو الذى ينام نوما صحيحا كافيا .. ومن المستحيل تحديد مدة النوم اللازمة للاطفال أو موعده لان الحاجة للنوم تختلف باختلاف الفرد . والقاعدة السليمة هى تحديد موعد للنوم يسمح للطفل أن يحصل على كفاية منه بحيث يستيقظ بنفسه فى الصباح بحالة طبيعية . فالطفل الذى يذهب الى المدرسة يكون الموعد المناسب لاستيقاظه هو الوقت المبكر الذى يسمح له بتناول طعام الفطور دون عجلة .

والطفل الذى لم يتعد السنتين من عمره يحتاج الى الكثير من أشعة الشمس وحاجته اليها تزيد على حاجة الإطفال قبل سن المدرسة لانه قد يبقى حتى هذه السن معرضا للاصابة بالكساح .

وفى الربيع والصيف والخريف يحصل الطفل على قدر كبير من أشعة الشمس مرتديا بعض الوقت ملابس تسمح بتعريض جسمه للشمس . أما فى الشتاء عند ما يزيد كساء الجسم وحين تكون الشمس أقل قوة فيجب أن تتاح للطفل فرصة اللعب فى الشمس كلما سمح الجو بذلك .

هذا ويجب عدم التضييق على حرية طفلك وعليك بمراعاة السماح له بقضاء أطول وقت ممكن خارج المنزل من ٣ الى ٤ ساعات فى الشتاء ومن ٥ الى ٦ فى الصيف ما عدا الايام الشديدة الرياح أو الجافة المتربة وما عدا الايام الباردة الملبدة بالغيوم أو العاصفه .



ويمكنك بشيء من الصبر والاناة أن تضعى لطفلك برنامجا يوميا مناسبا خاصة اذا كنت قد نجحت فى تنمية سلسلة من العادات والاتجاهات المرغوبة لديه .

وهناك برامج مختلفة تناسب الاسر والبيئات المختلفة . وأى برنامج يجب مراعاته بمرونة ودون جمود وفيما يلي نموذج لبرنامج من هذه البرامج لطفل فى الرابعة من عمره .

٣٠ر٧ صباحا : الاستيقاظ ـ الذهاب للمرحاض ـ غسل الاطراف ـ مضمضة الاسنان

٨ صباحا : الفطور ـ نزهه فى حديقة المنزل أو فوق سطوحه ان لم تكن له حديقة .

٣٠ر١١ صباحا : الرجوع الى المنزل ـ غسل الوجه والايدى .

٣٠ر١٢ ظهرا : الغذاء .

١ ظهرا : خلع الملابس ـ ـ غسل الوجه والايدى ـ الذهاب للمرحاض ـ النوم

٣ بعد الظهر : المرحاض ارتداء الملابس ـ تناول بعض الفاكهة ـ الخروج من المنزل اذا سمح الجو بذلك .

٥ مساء : الرجوع ثانية

٣٠ر٥ مساء : العشاء ـ خلع الملابس ـ الاستحمام .

٦ مساء : لعب هادىء ـ مضمضة الفم .

الاستماع الى الراديو .

٣٠ر٧ مساء : النوم .

وقبل أن أختم حديثى اليك يا سيدتى سأذكرك بأن الطفل فى حاجة الى الكثير من الرعايه بصفة خاصة بين السنة الاولى والسادسة من عمره فركزى جهدك فى هذه الفترة التى تبدأ بعد الفطام وحاولى أن تقدمى الى بلدك مواطنا صغيرا سليما .

أم مجربة

بنت النيل
فى شئون منزلك

ازالة الخشونة من الالمونيوم ..

س ــ لاحظت وجود خشونة ظاهرة فى داخل كزرولة الومنيوم وظهر لى ذلك عقب استعمالها فى اغلاء بعض فوط المطبخ وقد استعملت طبعاً صودا الغسيل فى ماء الاغلاء . فلماذا حدث ذلك ؟ وما هى الطريقة التى اتبعها لازالتها .

جـ ــ صودا الغسيل من المواد القوية التى تسبب تآكل معدن الالمونيوم ، وهذه الخشونة هى نتيجة ذلك التآكل . ومن الخطأ ان تستعملى صودا الغسيل (البوتاسا) فى اى شىء داخله معدن الالمونيوم . ولكن ما دمت قد وقعت فى هذا الخطأ فيمكنك اصلاح هذه الظاهرة بدعك الكزروله بخفة بالصابون ولوفة من السلك الناعم . مع تكرار العملية من حين لاخر حتى تزول الخشونة بمرور الوقت

تنظيف الزهريات الفخار المطلية :

س ــ يوجد عندى زهريات من الفخار المطلية بالزيت ومرسومة بالالوان . وقد اتسخت من التراب مع انى دائما المعها . وارجو افادتى عن طريقة تنظيفها واكون شاكرة

جـ ــ من السهل جدا تنظيفها ما دمت متأكدة من ان طلاءها بالزيت . اغسليها بماء فاتر ومذوب صابون بلوفة ناعمة جدا او قطعة قماش . ثم اشطفيها بماء فاتر ثم ماء بارد مضاف اليه قليل من الخل لتزهية اللون . ثم جففيها جيدا ولمعيها بدهنها خفيفا بقليل من ورنيش الموبيليات السائل المكون من ملعقة كبيرة زيت تربنتينا ومثلها من زيت البذرة ونصف ملعقة كبيرة من الخل ومثلها من الاسبرتو ويمزج الجميع بالرج ثم إدهنى به الزهريات دهنا خفيفا جدا ولمعيها بفوطة كستور جافة حتى تلمع

وبر الصوف الاونجرا :

س ــ صنعت لابنتى التى تبلغ من العمر ست سنوات بلوفر من الصوف الاونجرا . ولكن كلما لبسته لاحظت ان وبر الصوف يتطاير بكثرة ويلتصق بالجونلة ويصعب ازالته وانا لست مرتاحة لهذا المنظر . فهل من شىء يمكن عمله للاقلال من تطاير هذا الوبر ؟ ؟

جـ ــ وبر صوف الاونجرا سريع التطاير والالتصاق بما يقابله من ملابس . لذلك يراعى دائما ان يلبس مع جونله توافق نفس اللون المصنوعة منه البلوزة ، او تقربه حتى لا يظهر فيها هذا الوبر اذا ما تطاير والتصق بالجونلة . وعلى كل حال سوف تقل هذه الظاهرة بمرور الوقت مع الغسيل ؟

ازالة بقع الصدا من على الاقمشة النايلون :

س ــ عندى بلوزة بيضاء وقميص نوم لبنى كلاهما مصنوع من قماش النايلون . ظهرت عليهما بقع صدا . فكيف ازيلها ؟

جـ ــ اذيبى مقدار اوقية من ملح الليمون فى كوبتين ماء دافىء ثم انقعى فيه مكان البقعة لمدة حتى تزول ثم اشطفيها فى ماء بارد نقى . اما فى القميص فيخشى على زوال اللون . لذلك اختبرى قوة المحلول اولا على طرف قطعة من القماش الداخلية أو طرف الحزام أو طرف خياطة داخلية . فاذا زال اللون ازيدى تخفيف المحلول باضافة كمية اخرى من الماء .

دراسات نادى بنت النيل الثقافى

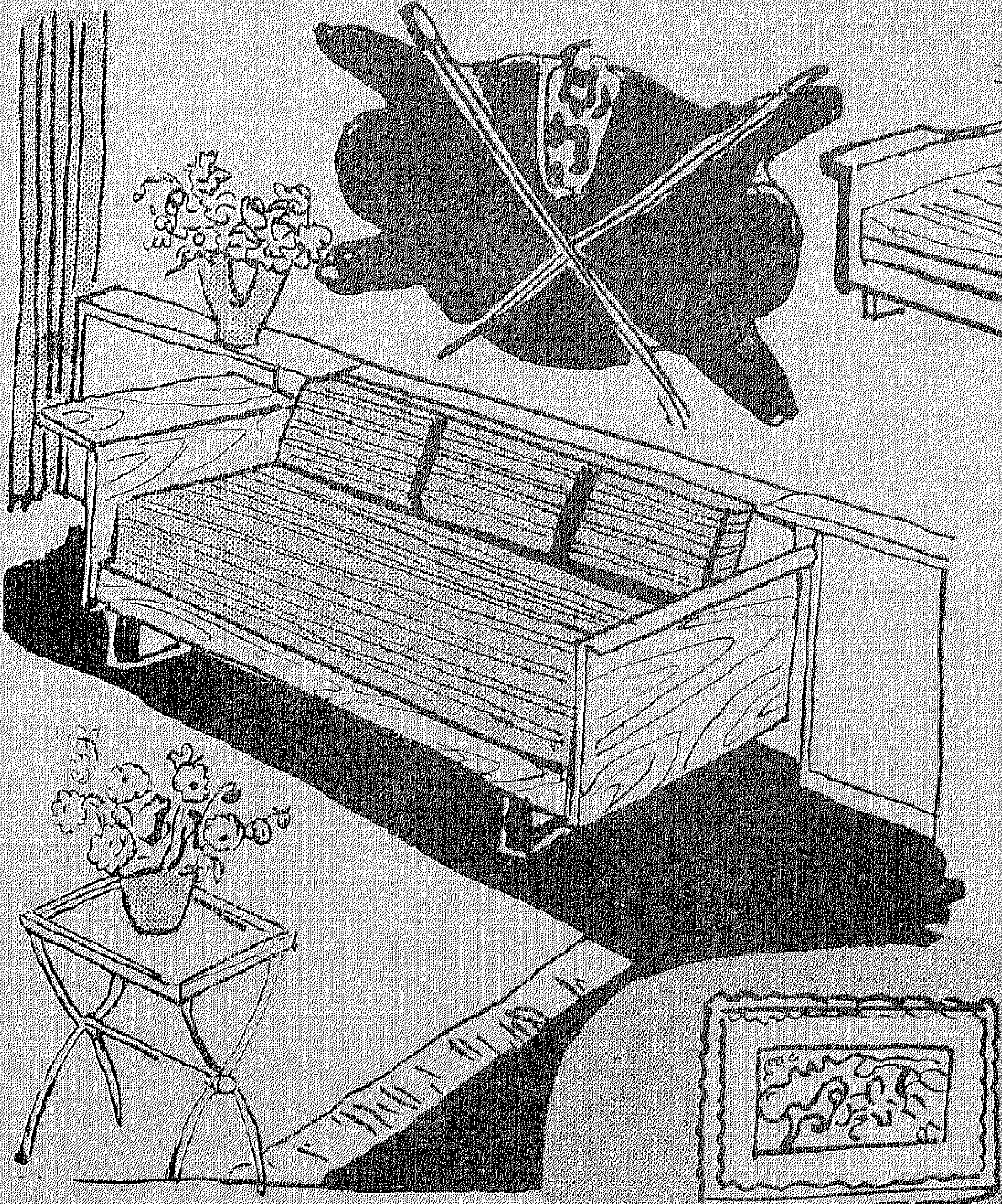
افتتح نادى بنت النيل نشاطه الثقافى ومواعيد الدراسات فى الايام التالية من الساعة ٤ الى الساعة ٥ مساء :

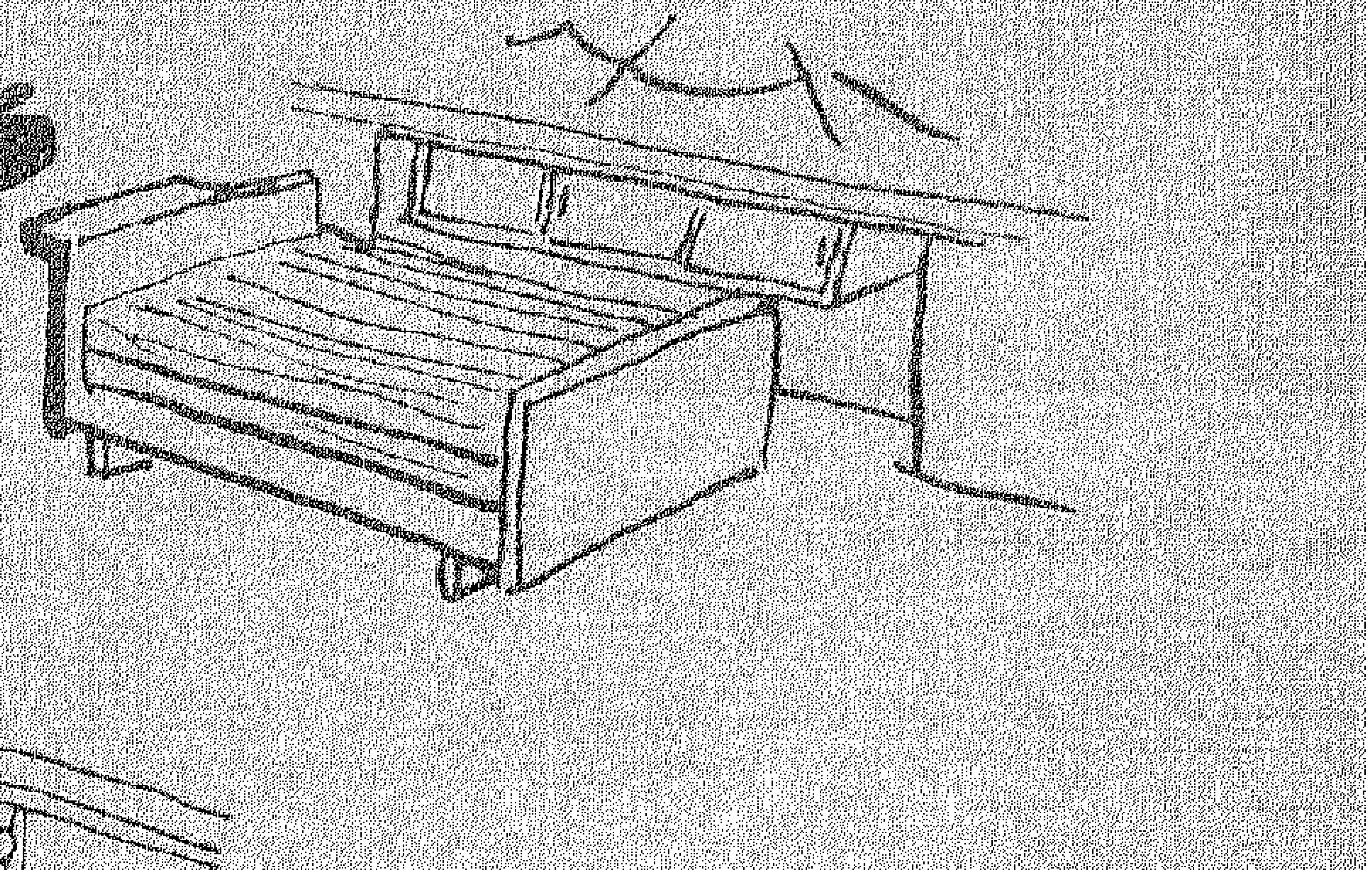
يوم الاثنين : لغة فرنسية
يوم الخميس : حياكة وتفصيل
يوم الجمعة : لغة عربية وخطابة
يوم الاحد : حياكة وتفصيل

جميع الاستعلامات تطلب من النادى بشارع قصر النيل رقم ٤٨ تليفون ٤٩٦٦٨ ــ ٤٠٦٨٤ ــ القاهرة

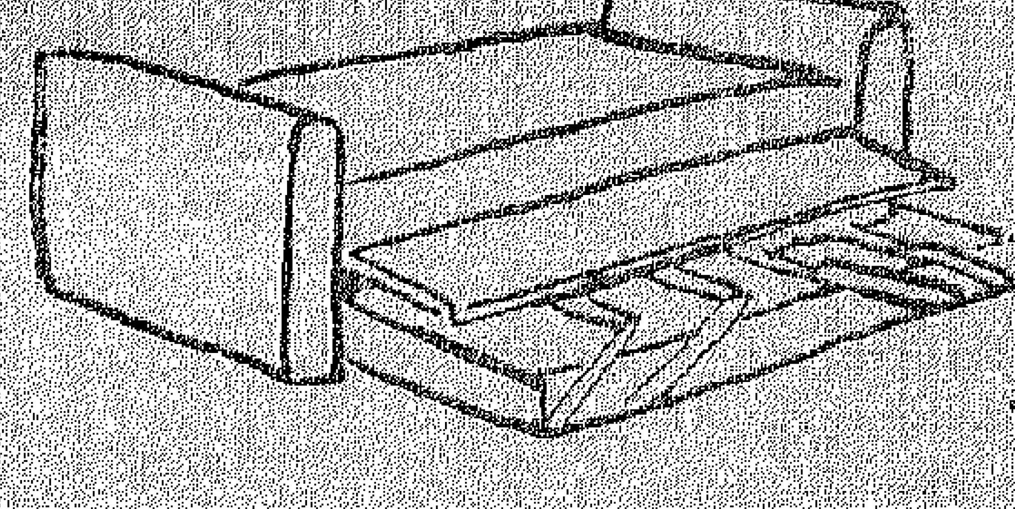
إن كان منزلك ضيقاً ..

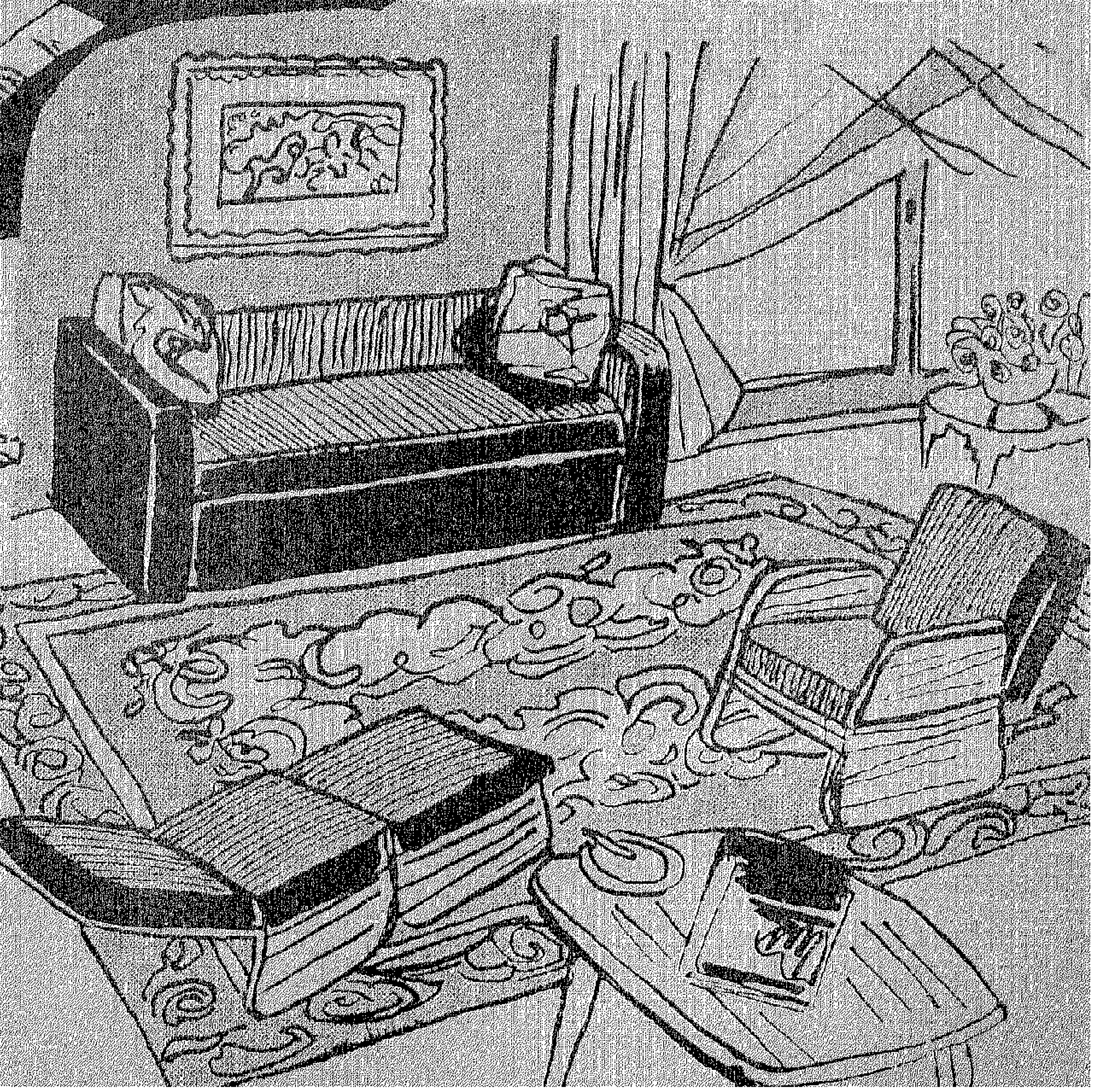
ان ضيق منازل اليوم وقلة عدد غرفهـــــا جعلنا نفكر لك في
حل عملي يريحك تماما من مهمة تأثيث هـــذه البيوت الصغيرة





لقد غطيت هـذه الكنبة بالقطيفـة ، ويمكن استعمالها للجلوس او للنوم . وتوضع ســواء في الصالون أو في غرفة المائدة . وحيـن يأتي المساء يكفي ان تبعد هـذه الكنبـة عن الحائط وان تخفض مسندها بحيث يصبح افقيا . وتلقى بعد ذلك اللاءة والوسائد . وفي الصباح تعـــاد الكنبة الى وضعها الطبيعي .

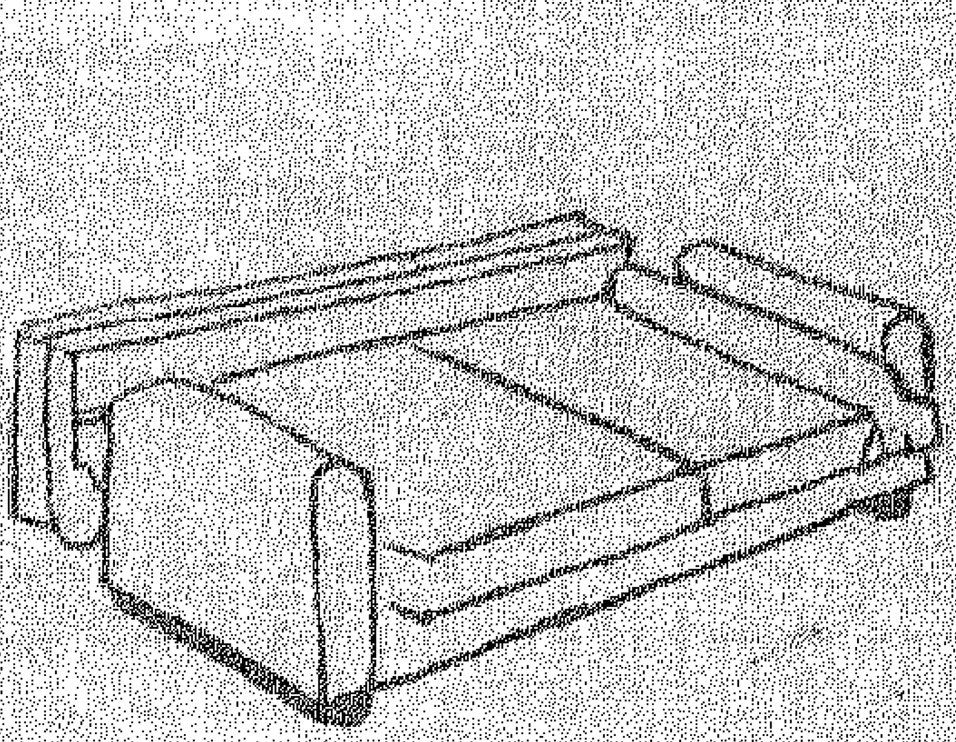


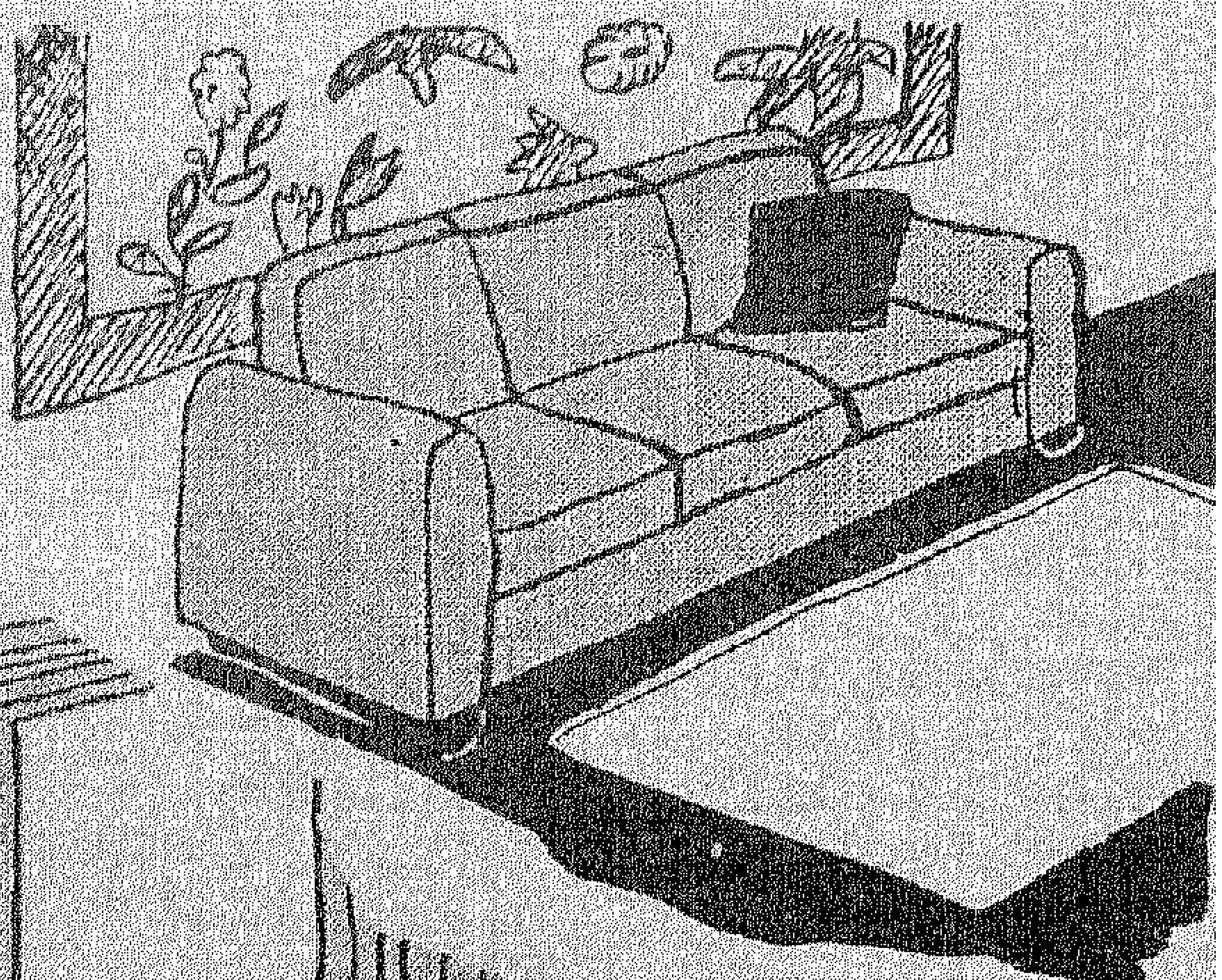


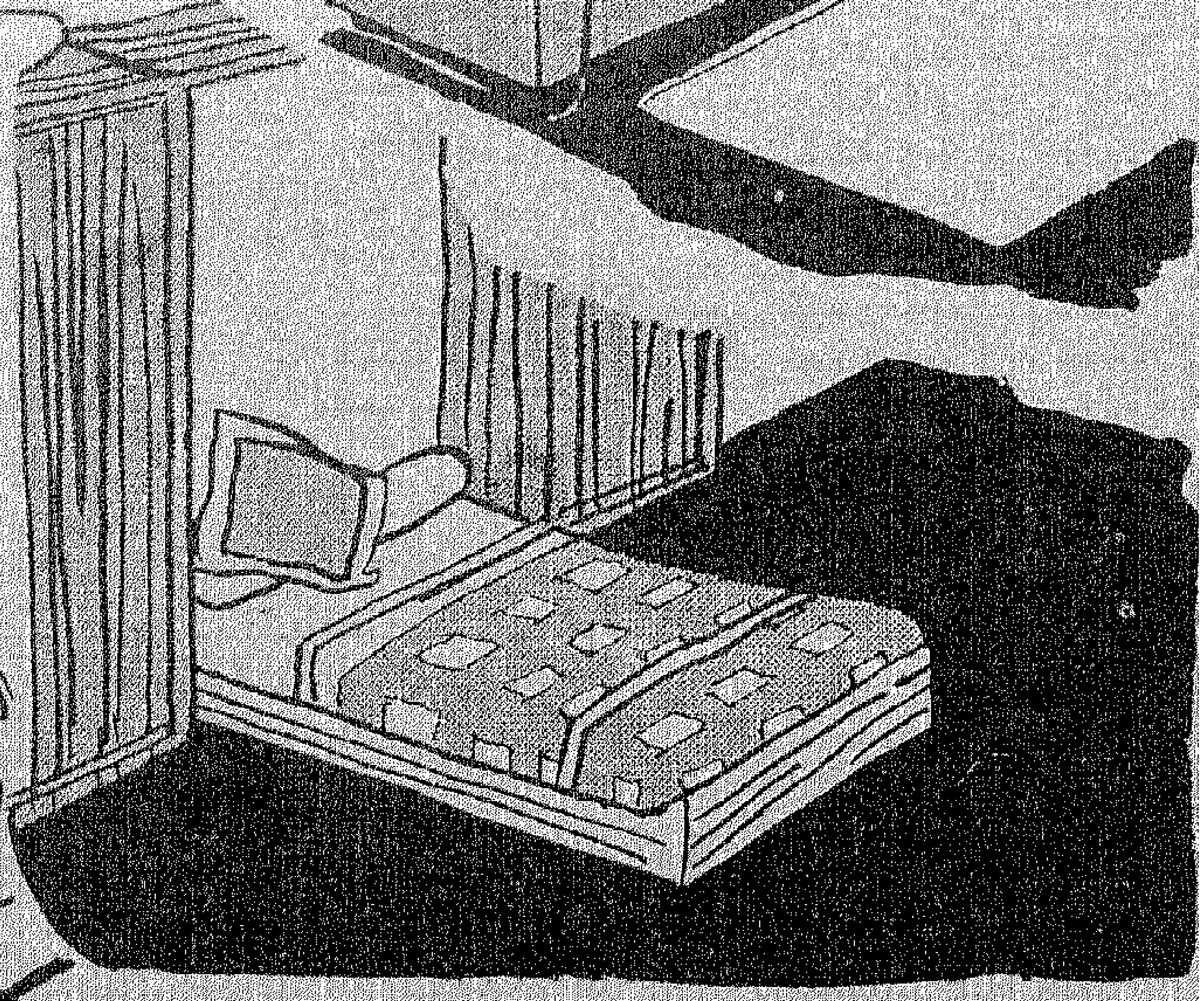
ان هذه الكنبة الوثيرة تخفي تحتها سريرا آخر يسحب اذا ما حان موعد النوم ويوضع الى جانب مقعد الكنبة الاصلية فيصبح فراشـــا يتســـع لشخصين .

وهذا الكرسي القـــوتي . ان في استطاعتك خفض مسنده واستعمـــاله سريرا لشخص واحد ان دعت الحاجة الى ذلك .

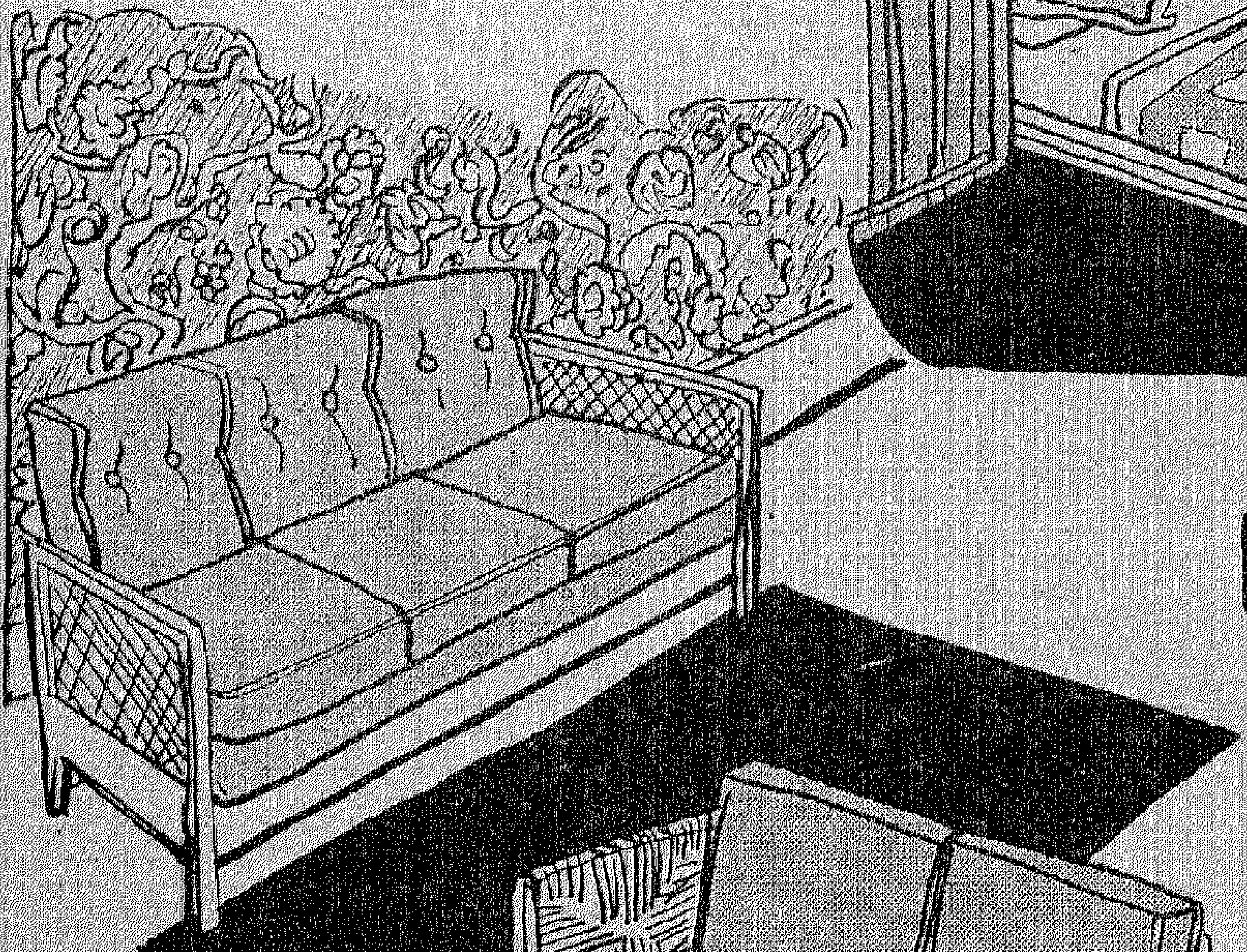
وهذه كنبة وسرير في نفس الوقت ، المسند عبارة عن ثلاث وسائد تخفض الى الخلف ، وهكذا يصبح لديك سرير وثير

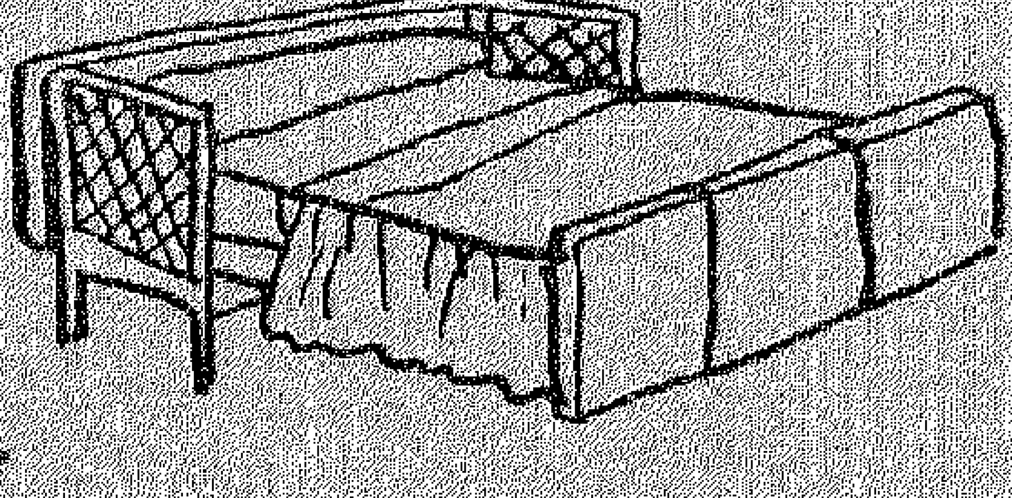




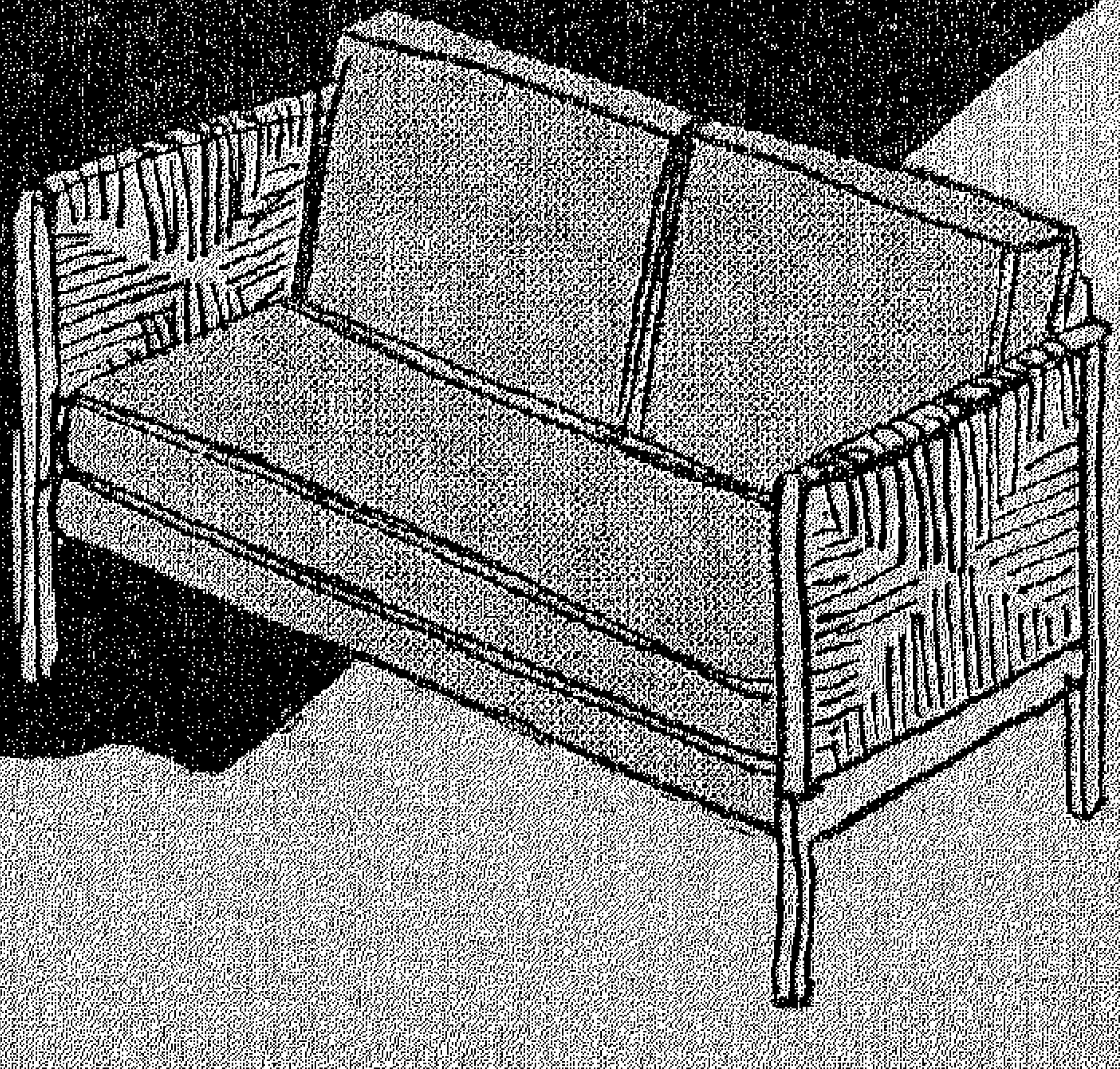


هـذا دولاب وسرير في نفس الوقت ، ان السرير يمكن رفعه وخفضه حسب الطلب . كما هو ظاهر امامك بالرسم .





هـذا الديوان ذو المسائد الثلاثة يستعمل نهـارا للجلوس . فاذا ما حل المساء سحب من مـكانه واستعمل فراشا لاثنين



ان المقعـد الذى ترين رسمـه امامك بمسندين جانبيين يمكن خفضهما ووضع الوسادتين عليهما لاستعماله سريرا لشخص واحد ان دعت الحاجة الى ذلك

الجامعات في شهر

نحو جامعة افضل

ما زال الكثير من طلبة وطالبات الجامعــة لا يدركون معنى الروح الجامعية ٠٠ فالطالب ينظر الى زميلته نظرة ملؤها الحقد والكراهية ويعتقد انها تنافسه في ميدان ليست جديرة بالوقوف فيه بجانبــه ٠٠ كذلك الفتاة نجد أن نظرتها الى زميلهــا لا تتعدى نظرتها الى أى شاب آخر ولا تربطها به أى رابطة ٠

ومن رأيى اذا أردنا للــروح الجامعية الحياة أن نعمل أولا عــلى ايجاد الانسجام الروحى بين الطالب وزميلته فى الجامعة ٠٠ ولا يتحقق هــذا الانسجام الا اذا ساعدت اتحادات الكليات المختلفة على ذلك باقامة حفلات التعارف والاكثار من الرحلات التى تجمع بين الجنسين وتنظيم المحاضرات عن رســالة الجامعــة والروح التى يجب أن تسود بين طلابها ٠٠

س٠ع٠

◆ عرضت جماعة السينما بكلية الحقوق بجامعة القاهــرة عــلى الاتحاد أن تشـــترى بايراداتهــا المتحصلة من الحفلات السينمائية التى أقامتها بصالة الاحتفــالات بجامعة القاهرة كتبا تقــدمها الى الطلبة بثلث ثمنها مساهمة منهــا فى مساعدة الطلبة ولكن الجماعة فوجئت برفض الاتحاد طلبهــا فى حين أنها لما عرضت عليه فــكرة اقامة حفلة للاساتذة والطلبة رحب بالفكرة !!

◆ تألف بكلية التجارة بجامعــة القاهرة فريق للسير على الاقــدام تحت اشراف الدكتور عز الــدين فريد أستاذ الجغرافيا الاقتصادية وينتظر أن تقدم شركة ترام القاهرة احتجاجا !!

◆ اقامت جمعية العمارة بكليــة الهندسة بجامعة القاهرة حفلتهــا السنوية بدار سينما راديو يــوم الاربعاء ١٧ فبراير ســنة ١٩٥٤ وقد اشترك فى احياء الحفلة على فراج وشهر زاد وعبد المطلب ونجــاح سلام وسلطان والفار والراقصــة كيتى ٠

◆ قامت هيئــة خريجى القسم الفرنسى بالاشتراك مع طلبة القسم الفرنسى برحلة الى انشاص يوم الجمعة ١٢ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ بدأ تمرين الدفعــة الثانية من طالبات الحرس الوطنى بكليــة آداب القــاهرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤ ٠

◆ القى الدكتور محمد صقر خفاجة محاضرة عن «محاكمة سقــراط» نظمتها الجمعية الفلسفية بكليــة آداب القاهــرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ عقد قران احدى الزميــلات بكلية حقوق القاهرة على أحــد الزملاء بكلية طب القصر العينــى فتهانينــا ٠

◆ اقامت كلية هندسة القــاهرة حفلتها السنوية الكبرى بدار سينما راديو مساء الاربعــاء ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤ وقد اشترك فى احيائها شادية وعبد المطلب وكيتى وغيرهم

أسرار الجامعات

الدكتورة درية شفيق بين الاستاذ محمد زكى عبد القادر والدكتور محمد عبد المنعم بدر أثناء مراجعة شروط المسابقة على الكاس التى خصصتهــا الدكتورة لاحسن صحيفة جامعية

◆ وافقت الانسة سهــام صبحى الطالبة بكلية حقوق القاهرة الطالبات العراقيات أثناء وجودهن بالقاهرة فى اجازة نصــف السنة فى كل تنقلاتهن فاعطت بذلك مثــلا أعلى لنبل أخلاق المرأة المصرية

◆ زارت جامعة القاهرة يوم الاثنين ١٥ فبراير سنة ١٩٥٤ بعثــة من محطة التليفزيون بروما لاعــداد برنامج خاص عن الجامعات المصرية لعرضه فى ايطاليا ٠

◆ بلغ عدد الكليات المتبارية عــلى كاس الاستاذ يوسف وهبى تسع كليات ٠ وستبدأ المباريات فى أول مارس القادم على مسرح حديقــة الازبكية وتستمر شهرا كاملا وتتكون لجنة التحكيم من حضرات الاساتذة عزيز أباظه وعبد الرحمن صــدقى واحمد رامى وحسين رياض وعمــاد حمدى وعز الدين ذو الفقار والدكتورة درية شفيق ٠

◆ دعا الدكتور رشــاد رشدى الاستاذ بكليــة آداب القاهرة ٥١ طالبا وطالبة فى منزله لتنــاول الشاى وقد اشتركت السيدة الفاضلة حرمه فى استقبالهم والترحيب بهم ويهدف سيادته بذلك الى تنمية روح الثقة بين الطالب الجامعى وأستاذه٠

◆ تقيم جمعية دراسة المجتمــع بآداب القاهرة حفلتهــا السنوية الكبرى للتعارف يوم ٢ مارس القادم

◆ تبدأ أولى مباريات « مسابقــة الجامعة للتمثيل » بين جامعــة القاهرة وجامعة الاسكندرية عــلى قناع رمسيس الذهبى فى منتصف ابريل القادم على مسرح دار الاوبرا

◆ تقيم دار الاوبرا حفلة خاصة لطلبة وطالبات المعاهد العلمية حيث تقدم فيها فرقة جوليــا بيرتو فى مسرحية « السيد » كورنى وذلــك فى الساعة الثالثة من بعد ظهــر يوم الجمعة ١٢ مارس سنة ١٩٥٤

◆ قدمت جماعة الثقافة الموسيقية بكلية علوم القاهرة قطعتــين من موسيقى كورساكوف وروسينى من ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤

◆ ستتألف المدينة الجامعيــة فى الاسكندرية من ثلاثة مبان كبرى اثنان منها ستخصص للطلبــة والاخر للطالبات وقد أرسلت الجامعة الى خمسة عشرة جامعة امريكية لتوافيها بتصميمات مبانيها الجامعيــة للاستعانة بها ٠

نحن نقترح

يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والاراء التى ترد الينا ٠٠

وبنت النيل تعلن ترحيبهــا بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام ٠ ٠

وترجــو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجــانب اقتراحاتهم ٠٠

آنسة عطيات على أحمد ــ حقوق القاهرة

الغــاء رســوم المكتبــة حتى يتسنى لجميــع الطلبة والطالبات استعارة الكتب وانشــاء ناد خاص بالطالبات فى سائر الكليات أسـوة بكلية التجارة ٠

آنسة الفت محمــود ــ تجــارة القاهرة :

الحاق الطالبات بوظائف بالسلك السياسى والنيابة ومســاواتهن بزملائهن عند التخرج ٠ ان المرأة يجب أن تتســاوى مع الرجــل فى الحقوق والواجبات ٠

شركة مصر للغزل والنسيج

مصانعها بالمحلة الكبرى

تنتج

جميع أصناف المنسوجات
للسيدات والرجال
بها تشكيلة كبيرة من
الرسومات الحديثة
ذات الألوان الثابتة

خامات
—
دابولانات
—
مطبوعات حريمي ورجالي

توجد في جميع المحلات التجارية

سلطة الحمص

المقاديـــر :

حوالى ١/٨ اقة حمص شامى لكل ١/٢ رطل طحينة ، قليل من الثوم المدقوق ، عصير ليمونتين . او خل

الطريقــة :

١ ـ اسلقى الحمص وقشريه من قشرته البيضاء الخارجية ثم دقيه فى هاون رخام او جرن . واحذرى عـدم استعمال الهاون النحاس حتى لا يتغير لون الحمص. ثم صفيه من منخل سلك حتى تحصلى على بيوريه ناعم جدا من الحمص

٢ ـ اخلطى الحمص المصفى بالطحينة فى وعاء صينى ثم اضيفى عليه الثوم بعد دقه جيدا وكذلك الملح

٣ ـ يعجن بعصير الليمون او الخل مع قليل من الماء حتى تحصلى على قوام السلطة المضبوط واحذرى الا تكـون سائلة

٤ ـ اضبطى الطعم بالملح والفلفل ثم اغرفيها فى طبـق السـلطة الخاص وزخرفى السطح برشه بقليل مـن الزيت وقليل من المقدونس المفروم

اسطوانة اللحم المفروم

المقادير :

نصف رطل لحم بتلو صغير من الفخذة مفروم ناعم	نصف كوب فتـات خبـز افرنكى بايت
نصف رطل لحم سجق بقرى او يستغنى عنه	١ بيضة للعجن
	ملح وفلفل وبهار
	عصير بصله صغيرة

الطريقـة :

١ ـ افرمى اللحم البتلو فرما ناعما جدا واخلطيه بلحم السجق ويمكنك الاستغناء عن السجق واخذ كـل الكمية من اللحم البتلو : ويفرم ناعما جدا

٢ ـ اضيفى اليه عصير البصل وفتات الخبز الافرنكى البائت والملح والفلفل والبهار واخلطى الجميع جيدا ولزيادة نعومته دقيه جيدا فى الهاون حتى ينعم اللحم جدا ويصير كالعجينة

٣ ـ اضيفى اليها البيضة وتعجن بها لتتماسك

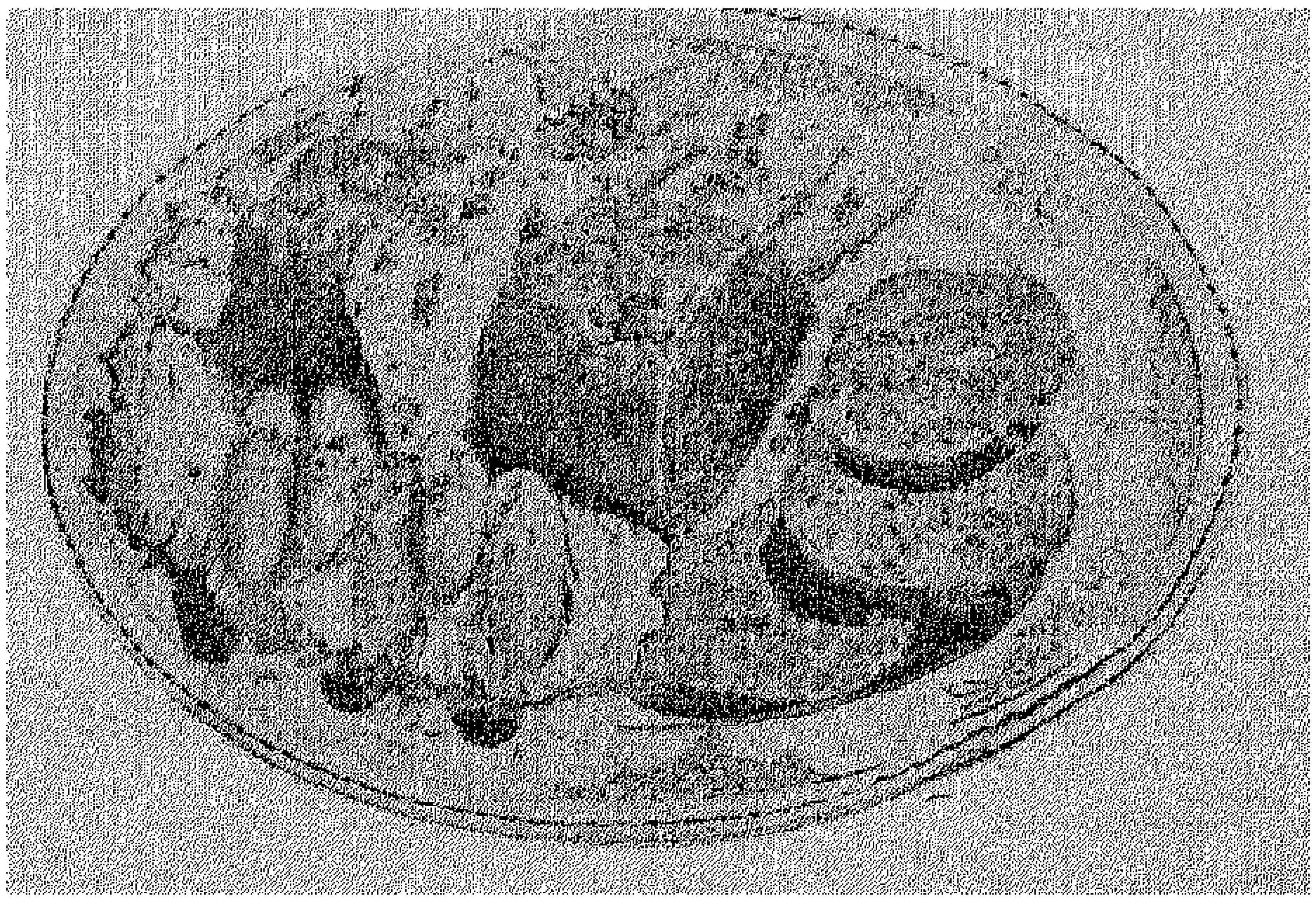
٤ ـ ابرمى اللحم على المنضدة على شكل اسطوانةمستطيلة

٥ ـ احضرى فوطة او قطعة قماش بيضاء نظيفة وافرديها امامك على المنضدة ورشيها بقليل من الدقيق ثـم ضعى عليها اسطوانة اللحم ولفيها فى الفوطة لفا محكما واربطى طرفى الفوطة بدوبارة

٦ ـ ضعى اسطوانة اللحم فى الماء المغلى ومعها قطعة كرفس وبصلة وجزر وغطى الاناء واتركى الجميع على النار لمدة ساعة حتى ينضج اللحم

٧ ـ يرفع من الماء ويفك الخيط والفوطة بخفة ولفى اللحم بعد ذلك فى ورقة شفاف واتركيها تهدأ قليلا ، ثم اقطعى جزءا منها الى شرائح بسكين حاد جدا والا تـكسرت

٨ ـ قدميها فى طبق صينى مستطيل وزخرفى الطبـق بالبطاطس البيوريه ووحدات من الجزر الافرنكـى وقليل من المقدونس المفروم وذلك اذا كنت ستقدمينها للاكل ساخنة : اما اذا رغبـت فى تقديمـها باردة فاستبدلى البطاطس البيوريه والجزر بالخس وحلقات الطماطـم



الأرز الريفى المفلفل

المقـادير :

١ كوب ارز	١ بصلة كبيرة
٢ كوب ماء	٤ بيضات او اكثر حسـب الرغبة وعدد الاكلين
٢ ملعقة سمن كبيرة	ملح وفلفل

الطريقة :

١ ـ افرمى البصل وحمريه فى السمن المقدوح حتى يصفر لونه فقط ثم اضيفى اليه كمية الماء وقليلا من الملح ويترك على النار ليغلى

٢ ـ اضيفى الارز بعد غسله وهدئى النار وغطـى الاناء واتركى الارز حتى يتشرب معظم مائه

٣ ــ قرب مرحلة النضج وقبل تشربه الجزء الاخير من الماء قلبى الارز مرة واحدة وذلك ليختلط البصل بالارز
٤ ــ اعملى حفر فى الارز واكسرى فى كل حفرة بيضة ورشى فوقها قليلا من الفلفل وغطى كل بيضة بالارز وهكذا حتى ينتهى مقدار البيض الذى ترغبينه
٥ ــ غطى الاناء وهدئى النار واتركى الارز حتى يتم تشرب الماء ويتم نضجه ونضج البيض داخله
٦ ــ عند التقديم اغرفيه فى الطبق المسطح ويقدم ساخنا

ملحوظة :

يمكنك عمل هذا النوع من الطواجن او فى الصينية وفى حالة استعمال الصينية انقلى اليها الارز قبل اضافة البيض وفى هذه الحالة تقدم الصينية كما هى على المائدة

كعكة بنت النيل

لذيذة الطعم واقتصادية وقدميها لاولادك مع فنجان من الشاى عقب عودتهم من المدارس او فى الفطار مع الشاى . وكذلك يمكنك ان تقدميها لزائريك مع فنجان من الشاى او القهوة :

المقادير :

١/٢ كوب سمن جامد او نباتين	١ ملعقة صغيرة مسحوق زنجبيل
١٫٥ كوب سكر بودرة	٦ بيضات
٢٫٥ كوب من الدقيق	مكسرات اذا رغبت فيها
١ ملعقة كبيرة مسحوق القرفة	لبن حسب الحاجة

الطريقة :

١ ــ اضربى السمن جيدا حتى يصير خفيفا هشا ثم اضيفى اليه السكر تدريجيا مع الاستمرار فى الضرب حتى يصير خفيفا هشا كالكريمة
٢ ــ اضربى البيض جيدا ثم اضيفيه جزءا بجزء على خليط السمن والسكر واضربى الجميع جيدا حتى يمتزج
٣ ــ اخلطى الدقيق بالخميرة والقرفة والزنجبيل خلطا تاما . ثم تضاف تدريجيا الى المزيج السابق مع التقليب الجيد حتى يمتزج الجميع واضافة جزء من اللبن ان احتاج الامر وحتى تحصلى على عجينة سهلة الانزلاق من الملعقة
٤ ــ صبيها فى صينية مدهونة جيدا بالسمن ومرشوشة بالدقيق
٥ ــ تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج
٦ ــ تقلب فوق منخل سلك واتركيها حتى تبرد تماما ثم يرش وجهها رشا خفيفا بقليل من السكر البودرة
٧ ــ قدميها صحيحة كما هى او قطعيها الى قطع ورصيها فوق طبق صينى مسطح مفروش بورقة من الدانتيل

البسبوسة

اجابة لرغبة الكثيرات من القارئات اعيد نشرها . ولكى تحصلى على نتيجة ناجحة فى عمل البسبوسة انبهك الى مراعاة شيئين مهمين : اولهما التأكد من صحة نوع السميط المستعمل ومراعاة ان يكون من النوع الخشن واحسن نوع هو ما يعرف بالسميط الفرنساوى رقم ١ ويمتاز بخشونته لان السميط الناعم يسبب ثقلها وجفافها . وثانيهما : عدم عقد الشربات المستعمل لدرجة تخينة بل يجب ان يكون خفيفا . وضرورة صبه على البسبوسة فورا حالة خروجها من باب الفرن وهى ساخنة

المقادير :

١ اقة سميط خشن (فرنساوى رقم ١)	ماء دافىء للعجن
١/٤ ١ اقة سكر سنترفيش	٣ كوب ماء
	١/٤ رطل سمن
	لوز مقشر للتجميل

الطريقة :

١ ــ اخلطى السميط مع مقدار ٣/٤ اقة سكر
٢ ــ خذى باقى مقدار السكر وهو ١/٢ اقة وضعيه فى حلة مع مقدار الماء (٣ كوبات) وارفعيه على نار هادئة ويترك حتى يذوب ويغلى مدة ٥ دقائق على الاكثر حتى لا يثخن ثم يرفع من على النار ويترك حتى يبرد
٣ ــ اعجنى السميط المخلوط بالسكر الجاف بمقدار من الماء ولاحظى ان يكون العجن عن طريق الدعك براحة يديك وبقوة مع اضافة الماء الدافىء جزءا بجزء حتى تحصلى على عجينة يابسة تترك اصابعك عليها اثرا ولكن سهلة العمل عليها واحذرى الا تزيدى عليها الماء فيسبب تلفها وجفافها
٤ ــ ادهنى صينية بالسمن دهنا جيدا وضعى فيها عجينة البسبوسة وافرديها فيها بيدك حتى تتساوى وتفرد فى الصينية ثم قطعيها بالسكين الى خرطات مربعة ويجب ان تكون علامات السكين ظاهرة . اذا كان قوام العجن مضبوطا
٥ ــ زخرفى السطح بوضع لوزه مقشورة فوق كل قطعة
٦ ــ اقدحى مقدار السمن (١/٤ رطل) جيدا ثم رشيه وهو ساخن فوق الصينية
٧ ــ تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر وجهها وتنضج
٨ ــ تخرج من الفرن وبمجرد خروجها وهى لا زالت قرب باب الفرن تسقى بجميع مقدار الشربات وغطى الصينية بغطاء حلة واتركيها مغطاة حتى تتشرب جميع الشربات
٩ ــ قطعيها الى خرطات حسب العلامات الظاهرة ورصى القطع فى طبق صينى مسطح مفروش بورقة من الدانتيل وتقدم

كريمة المشمش بالالماظيه

المقــادير :

باكو ألماظية ليمون جاهــزة (وتباع فى محال البقالة الكبيرة)	كورن فلور
	رطل لبن
علبة صغيرة مشمش محفوظ	سكر للتحلية
ملعقة كبيرة ونصف دقيق	قليل من الفانليا

الطريقــة :

١ ــ صفى الفاكهة من الشراب ويكال ثم يكمل بالمــاء الساخن ليصل مقداره الى كوبتين .

٢ ــ قطعى الفاكهة قطعا مناسبة .

٣ ــ سخنى عصير الفاكهة المخلوط بالماء ثم أذيبى فيــه باكو ألماظية الليمون ويقلب من حين لاخر حتى تذوب الجيلاتين عن آخرها وتحلى بالسكر ويضبط طعمها ثم ضعيهــا فى سلطانية واتركيها فى مكان بارد وعند ما تدخل فى مرحلــة التجمد أضيفى اليها الفاكهة المقطعة وتقلب فيها لتمتزج .

٤ ــ تصب فى قوالب متعددة بحسب عدد الآكلين أو فى قالب واحد كبير بعد بله بالماء ولاحظى الا تملئى القوالـب أكثر من نصفها فقط ثم اتركيها حول الثلج لتبرد .

٥ ــ صفى الكورن فلور فى سلطانية ويحلل بقليل من اللبن البارد ثم صفى باقى مقدار اللبن ليغلى على النار بعـد تحليته بالسكر .

٦ ــ أضيفى اللبن المغلى الى الدقيق المحلل مع التقليب السريع المستمر ثم يعاد الى الكزرولة ويرفع فوق النار الهادئة مع التقليب المستمر لمدة خمس دقائق حتى ينضج الدقيــق ويغلظ قوام المهلبية .

٧ ــ اضبطى الطعم وأضيفى الفانليا واتركيها لتبرد ببطء وقلبيها من حين لاخر حتى لا تتكون لها طبقة سطحية .

٨ ــ عند ما تهدأ تصب فوق الالماظية الموجودة فى القوالب لتكمل القوالب وتمتلىء .

٩ ــ تترك حول الثلج حتى يكمل تجمدها

١٠ ــ عند التقديم اغمسى قاع القالب فقط فى ماء دافىء ثم يقلب فى طبق بللورى مسطح وتقدم للاكل مثلجة .

الماسيه الفراولة باللبن

المقــادير :

١ رطل لبن	٣ ملاعق كبيرة ماء ساخن
١/٢ كوب (نصف رطـل) عصير فراوله	قليل من اللون الاحمـر ان احتاج الامر
	كريمة مخفوقة للزخرفة
١ أوقية جيلاتين	سكر للتحلية

الطريقــة :

١ ــ يغلى اللبن ويحلى بالسكر ويترك حتى يدفأ .

٢ ــ أذيبى الجيلاتين فى مقدار المـاء الساخن ثم أضيفيها الى اللبن الدافىء ثم يترك فى مكان بارد وعند ما يدخل المزيج فى مرحلة التجمد أضيفى عليه عصير الفراولة ثم اضبطى الطعم وأضيفى قليلا من اللون الاحمر ان احتاج الامر لتحسين اللون .

٣ ــ صبى المزيج فى قالب مبلل بالماء ويترك فى الثلاجـة أو حول الثلج حتى تجمد وتتماسك الالماسية .

٤ ــ عند التقديم تقلب فى طبق بللورى مسطح ويزخرف سطحها بوردات من الكريمة المخفوقة وتقدم .

طعامك فى مارس

الاثنين اول مارس
مسقعة باذنجـان بدون لحـم ، سلطـة زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الثلاثاء ٢ مارس
لحـم بالدمعة ، قلقاس بالخضرة ، ارز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الاربعاء ٣ مارس
فاصوليا خضراء مكمورة، ارز ريفى بالبيض ، سلطة طحينة ، فاكهة

الخميس ٤ مارس
كباب حلة ، خبـازة ، دمعه ، ارز مفلفل ، مخلل فاكهة

الجمعة ٥ مارس
محشو كرنب ، دمعـه ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٦ مارس
فول اخضر مكمور ، ارز مفلفل ، سـلطة طماطم ، فاكهة

الاحد ٧ مارس
مسقعة قرنبيـط بدون لحم ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ٨ مارس
طعمية ، سلطة خضار ، فاكهة

الثلاثاء ٩ مارس
بازلاء خضراء مكمـورة ، ارز مفلفل، مخلل، فاكهة

الاربعاء ١٠ مارس
خرشوف بالتربية ، ارز مفلفل بصلصة الطماطم ، سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ١١ مارس
فاصوليا جافـة مكمورة بدون لحم ، ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ١٢ مارس
باميا جافة (ويـكه) ارز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ١٣ مارس
كوسه مكمورة ، مكرونة، مخلل ، فاكهة

الاحد ١٤ مارس
صينية بطاطس باللحم ، ارز مفلفــل ، سلطـة خضـار ، فاكهة

الاثنين ١٥ مارس
عدس مطبوخ ، سلطـة خضار ، ارز مفلفـــل ، فاكهة

خضروات الربيع

خضروات الربيع

يمتاز فصل الربيع بأنه فصل الزهور والخضر وتكثر فيه أنواع الخضروات التي تمتاز بقيمة غذائية عالية وفوائد طبية ومن هذه الخضر

الجزر : فمنه الاصفر البرتقالى المشهور بالافرنجي ويستعمل في المخللات وسائر المأكولات المطبوخة لقلة المواد السكرية فيه ومنه البلدى وأجود أنواعه الاحمر المصفر المتوسط الحجم والجزر غنى جدا بفيتامين ج ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ا كما يحتوى على نسبة كبيرة من أملاح الحديد والكلسيوم وأكله يفيد الصدر ويمنع البلغم ويشفى الكحة كما يفيد الكبد والمعدة ويدر البول ويجدد الدم ، وبذره المغلى يدر البول أيضا ومطبوخ الجزر له هذه الخواص أيضا ويشفى آلام الظهر .

الاسفاناخ « السبانخ » :

نبات غنى بفيتامين ا ، ج ويحتوى على نسبة عالية من فيتامين ب والكيلو جرام من الاسفاناخ يحتوى على نحو ٢٦ ملليجرام من الحديد وهى نسبة كبيرة يندر أن توجد في مثلها من الخضر ولذلك فانه يفيد الناقهين والمرضى بفقر الدم « الانيميا » كما تحتوى على أملاح الكلسيوم والبوتاسيوم والمغنسيوم والفسفور وكلها تساعد على بناء أنسجة الجسم وتقويه العظام ، كما تحتوى على كمية من البروتين والكربوهيدرات . وأجودها ما كان شديد الاخضرار وهى تصلح للبرقان وأمراض الصدر وتقاوم العطش .. وأوراقها تشفى الاورام اذا ضمدت بهما كما أنها ملطفة للحروق اذا غلى مقدار ٣٠ جراما من أوراقها أو جذورها فى لتر ماء وغسلت به مواضع الاصابة ، أما اذا شرب منقوعها الناتج من اغلاء مقدار ١٥ جراما من أوراقها فى لتر ماء فانه يلطف حدة السعال والزكام .

الخرشوف

أما الخرشوف فهو نبات غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة قليلة من فيتامين ب ، ج كما أنه غنى بمركبات الحديد فيكثر الدم وهو مقوى للقلب مفيد فى حالة اليرقان ويحتوى كذلك على كمية كبيرة من المواد النيتروجينية « الازوتية » والكربوهيدراتية ويحتوى أيضا على عناصر الصوديوم والكلسيوم وحمض الفوسفوريك وهو منعش للكبد مفيد لامراض الصفراء والروماتزم كما أنه ملين ومغذ جدا ويوصف كعلاج فى حالة مرض السكر .

الهليون « كشك الماظ » :

يمتاز باحتوائه على كمية كبيرة من الفوسفور ولذلك فانه يفيد كثيرا الذين يقومون بمجهود عقلي ويقوى الاعصاب كما أنه غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ج وهو يساعد على ادرار البول .

الفول الرومى :

من أغنى البقول بالبروتين ويحتوى على كمية كبيرة جدا من النشا ومنقوع أزهاره يفيد مرضى البول السكرى شربا .

الفاصوليا الخضراء :

لها قيمة غذائية لاحتوائها على فيتامين ب ، ج كما تحتوى على عناصر بروتينية وكربوهيدراتية .

اللوبيا الخضراء :

تفضل الفول وأكلها يفيد الكلى ويمنع آلام الظهر كما أنها غنية بفيتامين ب وثمارها سهلة الهضم اذا كانت رطبة « غير جافة » .

الكوسة :

أما الكوسة فثمارها ممتلئة بذورا طاردة للديدان وبخاصة الدودة الشريطية تفيد الهضم ولذلك تناسب الناقهين وضعفاء المعدة وعجينتها الساخنة تنفع فى الرضوض والحروق .

الطماطم :

أما سيدة الخضر فهى الطماطم ولا نكون مبالغين اذا قلنا انها سيدة الخضر والفاكهة أيضا فهى مصدر ممتاز وهام لفيتامين ج ، وغنية بفيتامين ب كما تحوى نسبة لا بأس بها من فيتامين ا ، د ولذلك كانت قيمتها الغذائية كبيرة من حيث احتوائها على البروتين والمواد السكرية والدهنية والاحماض النافعه ولغناها بالبكتين ومركبات هامة من الحديد والصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والمغنسيوم وهذه كلها تفيد الجسم وتقويه وتساعد على بنائه كما أنها مبردة وتساعد على ادرار البول .

الكرفس :

والكرفس نبات عطرى يزيل عسر البول ويذيب الحصى ويشفى الربو وعسر التنفس ويطرد الغازات ويمنع المغص ويطفىء العطش الشديد ويفيد المصابين بعرق النسا ومخلوطه بالنشادر يجلو النمش وهو يخلط بالمأكولات أو يستعمل فى السلاطة .. ويعطى المأكولات طعما مقبولا فيفتح الشهية ولا يحسن اعطاؤه للحوامل . وهو غنى بالكلسيوم والصوديوم والبوتاسيوم كما يستعمل عصيره ضد الروماتزم .

السلق :

تؤكل أوراقه كالسبانخ وهو يدخل فى كثير من الاطعمة ومطبوخه ملين ومدر للبول ومفيد فى التهاب المثانة والكلى وبه نسبة عالية من الحديد وغنى بفيتامين ج

البطاطس :

أما البطاطس فتحتوى على كمية من فيتامين ب ، ج وهى غنية جدا بالمواد النشوية ولذلك فهى تمتزج مع الدهون ويمتصها كالزيت والسمن وكذا تمتزج بالبيض والبسكر وهى طعام مغذ جدا خصوصا للاطفال والناقهين لسهولة هضمه وقد تخلط بدقيق القمح لعمل الخبز ويحصل منها على سكر الجلوكوز بتحويل النشا ويمكن اعتبار هذا النبات من الاغذية الاساسية .

البطاطا :

تشبه كثيرا البطاطس فى تركيبها الغذائي واحتوائها على الفيتامين الا أن نسبة السكر بها تزيد عن البطاطس وتؤكل مشوية أو مسلوقة أو يعمل منها بعض أنواع الحلوى ولهذا النبات قيمة خاصة فى التغذية وبخاصة للاطفال حيث تحتاج أجسامهم للبناء .

الخيار :

والخيار غنى بفيتامين ج مع نسبة متوسطة من فيتامين ا ويحتوى على كثير من الاملاح المعدنية التي من أهمها الصوديوم والكلسيوم والمغنسيوم والفوسفور وكذا السكر والسليلوز وهو يطفىء العطش ويساعد على افراز العصير الصفراوى وينظمه كما أنه يدر البول ويفتت الحصى ويمنع آلام التبول « حرقان البول » ويسكن الصداع ويقى من اليرقان وعصيره اذا طلى به الشعر منع تولد الحشرات فيه واذا طحن ودلك به الجسم منع الحرارة والجرب فضلا عن أنه ينعم البشرة ، ولكنه من النباتات الرديئة الهضم ومولد للغازات وأكله بقشره أفيد من تقشيره .

علي شعبان
المدرس بالجيزة الاعدادية الثانوية

بنت النيل تحل مشاكلك

غلطة العمر

تزوجتها لجمالها الباهر دون أن أختبر طباعها وميولها ..ولم تمض الاشهر الاولى على زواجنا حتى دب الخلاف بيننا وبدأت حلقاته تتسع يوما بعد آخر .. حتى أصبحت أفكر فى الانفصال عنها تخلصا من الحياة الباردة التافهة التى أعيشها معها .. فهى متحفظة رجعية فى أفكارها متعلقة بكل تافه سخيف من التقاليد ، وأنا على طرف نقيض من ذلك بحكم ثقافتى العالية وميلى للتحضر والمدنية .. وأحسب أنك ستلمسين شقائى لو علمت أنها ترفض الخروج معى الى السينما .. أو الاشتراك معى فى بعض الرحلات التى أنظمها أنا وبعض معارفى وزوجاتهن ، وهى لا تستطيع أن تفهم لماذا أحب الموسيقى أو القراءة .. رغم أنها متعلمة .. وأنا يا سيدتى شاب عصرى مرح لا أستطيع تحمل حياة الجمود والروتين التى تعتقد هى أنها الحياة الهادئة المريحة التى تليق بالاسر المحترمة .. فهل لك وأنت التى تطالبين باخراج المرأة المصرية من التأخر والجمود، هل لك أن تتكرمى بارشادى كيف يمكن لى اخراج هذه الزوجة المتأخرة من جمودها ورجعيتها .. اذا كنت لا توافقين على انفصالى منها .

حسنى م - حلوان

بنت النيل :

وهل من العصرية والمدنية يا سيدى أن يتزوج شاب مثقف مثلك من انسانة لا يعرف شيئا عن طباعها وميولها اكتفاء بحسنها .. انها الغلطة التى نفهمها ممن لم تتوفر فيهم الثقافة العالية والتمدين .. ولكنها تكون جريمة ممن فى حكمك .. لانها الغلطة التى لا تلبث أن تكون المعول الذى تنهار به الاسرة وهناءة الزوجين .. ولكن ما دمت قد تعجلت الامور من البداية .. فعليك الان أن تكفر عن تسرعك بارغام نفسك على التريث والتعقل .. وعندى أن الرجل المثقف هو وحده من يستطيع الارتفاع بمستوى زوجته مهما كانت ، فحاول أن تتقرب أولا الى نفسها باحترام شعورها وتجنب السخرية من أفكارها فلو أمكنك الحصول على ثقتها واطمئنانها كان فى مقدورك بعد ذلك توجيهها ورفعها تدريجيا الى مستواك حتى يأتى اليوم الذى تراها وقد خلقت من جديد ..

مرض الشباب

مشكلتى يا سيدتى هى اننى شاب فى التاسعة عشرة من عمرى .. فى صحة كاملة وحالة ميسورة .. لا تشغلنى مشاكل عاطفية ولا مادية .. رياضى - مجد فى دروسى بعض الشيء .. ومع ذلك فاننى أشكو القلق والضيق فى معظم أيام الاسبوع .. ولما كنت لا أدرى لهذه الحالة سببا أو علاجا .. فقد فكرت فى أن ألجأ اليك أطلب نصحك وتوجيهك خوفا من أن تؤثر هذه الحالة فى تكوين شخصيتى وأعصابى ومستقبلى ..

وديع عطا الله - القاهرة

بنت النيل :

تنشأ هذه الحالة لسبب من ثلاثة أسباب .. فاما أن يكون الشاب قد أرغم على سلوك طريق فى الحياة لا يرضى ميوله واتجاهاته الفطرية .. أو أنه يعانى من أزمة جنسية أو عاطفية راسبة فى احساسه وعقله الباطن .. أو ربما كان السبب راجعا لحالة نفسية بسبب الفراغ أو البيئة أو انعدام الاصدقاء أو ضعف الشخصية التى تولد فى حالة من الخوف والقلق وعدم الثقة فى النفس والمستقبل .

ولذلك فاننى أنصحك أن تتولى بنفسك أمر معالجة هذه الحالة التى تشكو منها .. ولتكن صريحا مع نفسك حتى تتمكن من تحديد السبب .. ومتى وفقت الى ذلك أصبح العلاج ميسورا ولن يكلفك سوى المبادرة الى التخلص من هذا السبب بوسائل طبيعية .. وثمة نصائح عامة تساعدك على ذلك وهى أن تكثر من ممارسة الرياضة وانشاء علاقات صداقة مع من تثق فى اخلاصهم من

مشكلة كل يوم ..

ضحيت بكل شيء فى سبيله .. فتزوجته رغم ارادة أسرتى ، وبعد ان رفضت الخطيب الغنى الذى كانوا يعدوننى للزواج منه .. ولم اضن عليه بمالى فدفعت له كل ما املك من مال ومجوهرات .. وتحملت قسوته فى معاملتى .. ثلاثة اعوام هى عمر حياتنا الزوجية .. كل ذلك لانه ابن خالتى التى توفيت هى وأمى ونحن - انا وهو - ما زلنا بعد طفلين .. فوحد اليتم بين نفسينا وبلغ حبى له وعطفى عليه الى هذا الحد الذى جعلنى اترك أسرة أبى التى تولت تربيتى من أجل الزواج به حتى لا أتركه وحيدا فى الحياة .. وهو لا يملك شيئا حيث ما زال والده على قيد الحياة يعيش مع زوجة اخرى واولاد غيره .. كل هذه التضحيات اقدمت عليها عن طيب خاطر وانا ابنى آمالى على تقديره لموقفى منه حتى استكمل علومه وصار رجلا مثقفا محترم المركز .. ولكن آمالى لم تلبث ان انهارت جميعها من الشهر الاول الذى تناول فيه مرتبا عند ما تخرج واصبح طبيبا .. فقد تغيرت معاملته لى وبدا يعيرنى بان ثقافتى ومركزى لا يليقان به وبالمستقبل العظيم الذى ينتظره .. وزاد آلامى ان علاقته مع الاخريات الان تاخذ شكلا علنيا لايحاول ان يخفيه عنى على الاقل مراعاة لشعورى وكرامتى .. لقد استقر رايى نهائيا على التخلى عنه والهروب من حياة الهوان معه .. ولكن اين اذهب وقد ضاع مالى وفقدت من اجله عطف اهلى .. وليس لدى استعداد شخصى يساعدنى على حياة العمل بحكم نشاتى المترفة .

زوجة حائرة - الحلمية

فاز استفتاء الشهر الماضى باكبر كمية من ردود القراء .. وقد عبرت احدى المشتركات فى الاستفتاء عن سر الاهتمام بهذا الاستفتاء بالذات بانها مشكلة المجتمع المصرى، بل الشرقى جميعا ،وهناك راى طريف لاحد الرجال وهو أن على الزوجة أن تتظاهر بالموافقة على معاشرة الضرة الجديدة لتستدرجها الى بيتها ثم تعمل هى واولادها على تطفيشها بكل وسيلة ! ولكن الاغلبية فى الآراء التى امامى تدور حول ضرورة ترك حياة الذل والالتجاء الى القضاء لضمان حقوقها واولادها لانه لا يستحق شرف حب اولاده .

زملائك الذين في سنك . وأن تجتهد في ابعاد خيالك عن المسائل الجنسية والانفعالات العاطفية وأن تحاول شغل الفائض من وقتك في هواية من الهوايات أو القراءة أو الرحلات .

حياتنا الزوجية .. حرب

ماذا تفعل الزوجة عندما تقف على خيانة زوجها لها مع أقرب صديقاتها .. اذا كانت أما لثلاثة أطفال وعاشقة لهذا الزوج الخائن ، هل تكاشفه بعلمها بخيانته لها .. هل تترك له البيت غاضبة لعله يخجل من تصرفه .. أو هل تحاول نزع حبه من قلبها بعد أن أثبتت خيانته أنه غير جدير بحبها ، هذه يا سيدتي وغيرها من الاسئلة المعقدة جعلتني أعيش في دوامة من التفكير فيها حتى أوشكت أعصابي أن تنهار أو يذهب عقلي مع آخر خيط من ثقتي في زوجي الذي عشت حياتي على أمل حبه واخلاصه لي .. وكثيرا ما أهم بالثورة في وجهه .. ثم أمسك اشفاقا من هدم بيتي ومستقبل أطفالي .. ولكن أعود فأتهم نفسي بالجبن الذي يولده في نفسي شدة حبي لزوجي .. فهل لك أن تنقذيني من هذه الالام التي لا أجد السبيل الى التخلص منها بما يعيد الى زوجي أو على الاصح ثقتي فيه وفي نفسي فقد أصبحت أشعر أن هربه مني ربما كان لنقص في شخصي أو أنوثتي بعد أن كنت شديدة الاعتزاز بثقتي في نفسي !

مديحة ع - الزمالك

بنت النيل :

اذا كان هناك نقص .. فهو ولا شك في نفسية حضرة الزوج الذي لم يجد من ضميره وازعا ينقذه من ارتكاب هذه الجريمة المزدوجة وهي خيانته لزوجته التي تفيض مشاعرها بحبه .. الى جانب اغرائه صديقتك على التنكر لحق صداقتكما ولكني مع ذلك أنصحك بألا تتمادي في التفكير في الامر .. ويؤسفني أن أصارحك بأن التجارب قد أصبحت تؤكد أن مثل هذه التصرفات المخجلة يمارسها كثير من الرجال المتزوجين في منطق عجيب اذ يحاولون تبرير جريمتهم في حق الزوجية بأن الامر يتصل بعلاقاتهم الزوجية وهو منطق رغم ضعفه الا أنه يحمل بعض العزاء للزوجات .. ورأيي أن تحاولي ما أمكنك عدم مصارحته بوقوفك على سره وأن تبعدي عن ذهنك فكرة الغضب ، فالبيت بيتك أنت وأطفالك وعليك أن تبذلي جهدك في سبيل كسب مشاعر زوجك دون أن تشعريه بالسبب في اهتمامك به .. وسترين أنك بحنوك وعفوك ستنتصرين .. فالحياة الزوجية يا سيدتي ميدان حرب والزوجة الضعيفة هي التي تلقي سلاحها وتهرب من أول معركة ..

بين العاطفة والضمير

حدث أن غادرت بلدتي في الصعيد في الشتاء الماضي لزيارة خالتي في القاهرة ، وهناك التقيت بابن خالتي هذه بحكم اقامتي في منزلهم ورغم انه متزوج وله ابنة طفلة الا أنه راح يلاحقني بمغازلته في الحاح حتى عدت الى بلدي وأنا أحمل بين جنبي عاطفة قوية له .. وما كدت أستقر في بيتي بعد عودتي حتى راحت رسائله تنهال على تصف حبه لي واعجابه بجمالي .. وأخيرا سقطت احدى هذه الرسائل في يد والدى الذي أهانني كثيرا على ذلك .. فاضطررت لارسال خطاب لابن خالتي أرجوه فيه أن يوقف رسائله خوفا من شدة أبي وعقابه لي ولكن خطابي وقع بدوره في يد زوجته التي عرفت كيف تثير المسألة وتكبرها ..

والان عادت المسألة الى التحرج حيث تقدم ابن عمي لطلب الزواج مني .. ولكنني أخشى أن يكون قلبي لم يعد معي لازف به الى غير هذا الذي ملك مشاعري كما أخشى أن تصل قصة الخطابات المتبادلة بيني وبين ابن خالتي الى زوجي المنتظر فيستغلها ضدي في مستقبلي معه ..

بنت النيل :

كان عليك أن تقدري خطأ مراسلتك لرجل لن يكون لتطفله على حياتك وعواطفك نتيجة غير هذا الندم الذي تعيشين فيه .. ونصيحتي اليك هي أن تبذلي جهدك لتناسيه لان أية علاقة بينه وبينك هي خيانة منه ضد زوجته وخيانة منك ضد الرجل الذي تقدم لمنحك شرف حمل اسمه .. وتستطيعين التخلص من الشعور بالخوف من كشف المسألة لزوجك بأن تبادري أنت الى مصارحته بالحقيقة لانك أقدر على اظهار براءة موقفك من غيرك .. وعندي أن الصراحة بين الزوجين في كل الامور هي أساس السعادة الزوجية وراحة الضمير ..

الى رئيسة التحرير

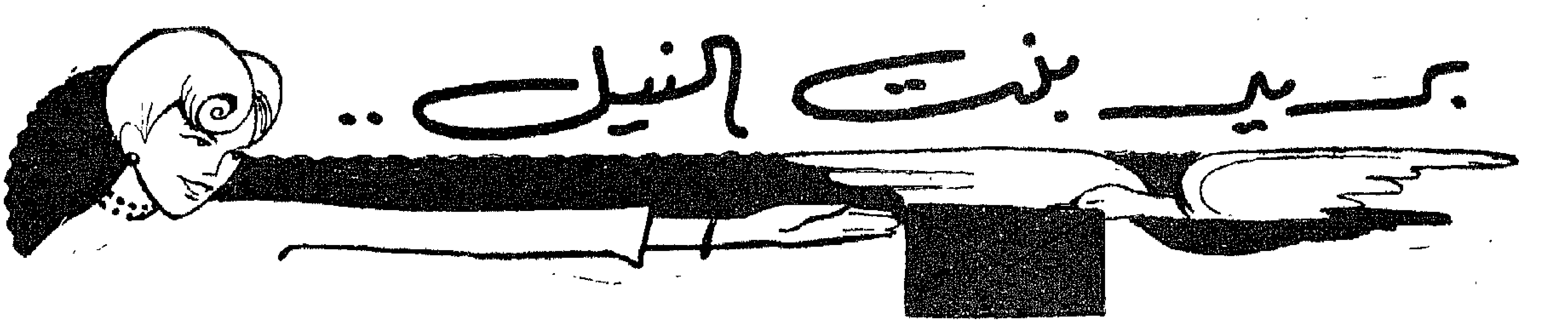
سيدتي :

لم اجد من الجا اليه اطلب المشورة في مشكلتي سواك . حيث ان وضعي في بيتي لا يجيز لي وانا الفتاة الصغيرة ان اتحدث صراحة الى ابوي في شأن زواجي ومستقبلي ، كما انني لا استطيع مواصلة الصمت وأنا أرى فرصة زواجي من الرجل الذي اختارني والذي ارتضاه ضميري توشك ان تضيع من حياتي دون ان أجد من اتحدث اليه في ذلك بعد ان رفضت عائلتي الموافقة على زواجي منه بحجة انه موظف بسيط وعلى درجة متوسطة من العلم لا تصل الى المؤهلات العالية التي يملكها أزواج فتيات عائلتنا .. في حين ان معرفتي بهذا الخطيب اقنعتني بسمو خلقه واستقامته .. فهل استمر في عدم التدخل في الامر او هل يجوز للفتاة ان تبدي رايها في شأن زواجها ؟

ان حق الفتاة في الاشتراك مع أسرتها في الفصل في شان زواجها هو حق طبيعي وشرعي . فقد اشترطت الشريعة موافقة الفتاة على خطبة من يتقدم لها . وقد حدث أن ذهبت فتاة الى النبي صلى الله عليه وسلم وقالت ان اباها قد اختار لها ابن أخيه للتزوج به دون أخذ رأيها في ذلك .. فقال لها النبي .. لك أن تردي هذا الزواج ما دمت لا تستشارين فيه .. فتهللت الفتاة وأجابت ليس لدى اعتراض على هذا الاختيار .. ولكن فقط أردت أن يعلم الاباء أن ليس لهم من الامر في ذلك شيء !

وهذه القصة تؤكد ان حق الاختيار في الزواج هو للفتاة قبل أي انسان آخر .. لانه أساس مستقبلها وحياتها هي .. ولكن ذلك لا يعني أن تتجاهل الحكمة في اشتراك الاهل في الرأي .. فعليك أن تصارحي أبويك برأيك وأنت مطمئنة .. وحاولي أن تقنعيهما بأن الخلق القوي والاستقامة والمحبة هي أسمى المؤهلات التي يجب أن تتوفر في الزوج قبل المؤهلات الدراسية والمظاهر الجوفاء .. مع تمنياتي لك بالسعادة .

رئيسة التحرير



بريد الاطباء

يجيب على هذا البريد طبيب بنت النيل الخاص

ن.م. الحلمية الجديدة :
استعملى لشعرك دواء جاهزا اسمه سلسن وبداخله طريقة الاستعمال وأفيدى المجلة اذا كان بشعرك قشر أم لا

انسة ر.ص ـ فاقوس :
ارجعى الى ما كتبناه للقارئتين س.ا. الغاياتى وا.ع جلال

امتحنى معلوماتك التاريخية

الاجابة الصحيحة

« انظرى ص ١١ »

١ ـ السنوسية .
٢ ـ فرنسا .
٣ ـ طرابلس .
٤ ـ زيور .
٥ ـ كل هذه الموانى .

كورس

كربون . شريط آلة كاتبة

تستعمله السكرتيرة الماهرة

Kores

اكرام جمال ـ دمشق :
لابد أنه قد انتابك ضعف فى المبيض بعد هذه الولادة ولذا يجب أن تعرضى نفسك اما على اخصائى فى الغدد أو أمراض النساء

ا.ع. جلال :
لعلاج هذه الحبيبات يجب أن تمتنعى عن الحوادق والحريفات فى غذائك وكذلك الشيكولاتة وتقللى من أكل النشويات كالارز والمكرونة والخبز والدهنيات . واكثرى من الخضروات الطازجة والفاكهة واللحوم الحمراء مع استعمال صابون الكبريت للوجه بعد استشارة الطبيب وعلاج أى مرض باطنى موجود كأمراض الكبد والامعاء والامساك الزمن ولعلاج الشعر بالوجه لابد من عرض نفسك على أخصائى فى الغدد ونفس الاخصائى سيعطيك تفسيرا لصغر صدرك

الحائرة ادين ل. :
الاماكن الغامقة فى جسمك يمكن علاجها باشعة اكس السطحية

انعام عبد الحميد :
ارجعى الى ما كتبناه للقارئة ن. م. الحلمية

س.ع دمنهور :
استعملى (الحناء السوداء أو ما يسمى بالحناء البغدادى)

ع.ح.ا. طنطا :
استعملى د.د.ت. وادهنى شعرها قبل النوم بمرهم زئبق الى أن يضيع مع غسل الرأس بماء ساخن مرة كل أسبوع على الاقل وتسريحه بمشط جرد

ج.م.غ. شرقية :
استعملى مكمدات كالدريل كل ٤ أو ٥ ساعات أما بخصوص ازالة الشعر الزائد فانه يرجع منه جزء صغير لا يذكر

الانسة ت. محمود السيد بالاسكندرية :
اقرئى العلاج المنشور فى هذا العدد قبلك مباشرة .

سعاد ب.ب. لبنان :
استعملى ايهما فالاثنان مفيدان قبل النوم نظفى وجهك بكريم تنظيف ثم ضعى كريما مغذيا للبشرة

ملك محمود احمد اللبان :
اعرضى نفسك على أخصائى الغدد

بريد الجمال

تجيب على هذا البريد اليزابيث أردن اخصائية التجميل

هند بالفيوم : (١) للبقع التى على الانف استعملى انتى براون ماسك ولكن لا تضعيه قرب العينين لان الجلد حول العينين حساس جدا (٢) لضعف الشعر استعملى هير تونك رقم ٢ وفرشى شعرك بقوة لمدة ربع ساعة قبل النوم وادهنيه باليزابث اردن ودلكى به جلدة رأسك لمدة ساعة قبل استعمال الشامبو .

سيدة بالمنصورة : للشعر النامى فى ذقنك استعملى اليزابث آردن واكس رديكيتور . ولحالة ترهل البطن مارسى التمرينات الرياضية المناسبة لهذه الحالة لمدة عشرين دقيقة يوميا

سهام على : استعملى بليننشنج كريم مرتين فى الاسبوع للوجه واتركيه لمدة نصف ساعة . أما العنق والذراعان فاستعملى لها بليشنج كريم أيضا يوميا واتركيه لمدة ساعة . أما التواليت فليكن خفيفا والوانه فاتحة من البوردة والاحمر

مشتركة اروى مهنا : (١) نظفى بشرة وجهك بكلينزنج كريم ثم أزيليه بكلينزنج تسيوز واستعملى بعد ذلك سكين تونك ثم ادهنى فلنا كريم وايت اور كريم . وكان بودنا أن تمرى على صالوننا بعمارة أيموبيليا لنقدم لك النصائح اللازمة (٢) ايت اور كريم يباع فى المحلات الكبرى بالقاهرة

الحائرة بالقاهرة : اتصلى باحد المحلات الكبرى فى القاهرة واشترى سورنج كريم

ج.ك. حلب : لازالة حب الشباب يجب أن تهتمى اولا بالابتعاد عن تناول المخللات والبهارات والفلفل والمواد الدهنية والنشوية والحلويات ثم اشربى مقدارا كافيا من الماء يوميا بين الوجبات ونظفى بشرة وجهك يوميا فى الصباح وقبل النوم بملكى لكويد كلينزروز أزيليه بكلينزنج تشيوز ثم ادهنى سيوت بروف اوشن خصوصا فى المكان الذى تكثر فيه الحبوب وان كان فى هذه الحبوب افرازات فانصحك باستعمال سوذنج لوشن . والافضل أن تمرى علينا فى صالوننا بعمارة ايموبيليا لنختبر نوع بشرتك ونقدم لك النصائح الكافية .

سوسن م . بيروت : لحالة ترهل البطن مارسى الالعاب الرياضية أو المساج وكذلك لتنحيف الوسط

شريفة كمال : نظفى وجهك بملكى لكويد كلينزرولاتساع المسام استعملى بور كريم وللحبوب استعملى سيت بروف كريم

حرم ص . سرور : عودى الى الاجابة الموجهة الى ج.ك. حلب

زينات : استعملى لشعرك هير تونك رقم ١ واغسليه بيلو جراس شامبو .

انسة ن . م . بالهرم لاتغسلى وجهك بالماء والصابون بل نظفيه بكلينزنج كريم ثم استعملى سكين تونك ثم اورنج سكين تود وللتجاعيد حول العينين استعملى مسل اويل وكمادات الشاى قبل النوم

السيدة ج.ح :
بليشنج كريم يصلح لحالات معينة، نرجو افادتنا قبل أن تنصحك باستعماله عما اذا كانت هذه البقع طبيعية أو منسببة. عن جيوب .

آنسة خيرية محمد ـ بالاقصر :
نرجو ارسال حوالة بريدية بمبلغ ١٣٣ قرشا صاغا أو يمكنك الحصول عليه من محلات ماجليفراى ستور باسوان .

السيدة امينة فودة ـ جيزة :
لعلاج البقع السوداء نوصى باستعمال كلينزنج كريم وسكين تونيك لتنظيف البشرة بدلا من الماء والصابون . كما نوصى باستعمال « آنتى براون ماسك » مرة فى الاسبوع . ويستحسن لو عرضت نفسك على الاخصائية بصالون آردن لارشادك الى أحسن الطرق للعناية ببشرتك بدون مقابل .

قارئة : د.ب
ننصحك باستشارة حلاق مختص لارشادك الى الطريقة المناسبة .

شئون المنزل

امال ع. بالقاهرة :

لا يمكن تحديد موعد صدور كتاب مطبخ بنت النيل ولكن نبادر الى اطمئنانك الى ان انتظارك لن يطول

انسة ع.ب بهجورة :

جانيت جرجس بمصر :

سنجيبك الى طلبك قريبا

بخصوص ما تطلبينه من نشر رسم لحزام من الكنافاة فسوافيك برغبتك قريبا ان شاء الله .

انسة اسمات بطنطا :

صفار لون الصوف الذي ظهر على سطح البلوزة الصوف المعرض لحرارة الشمس دليل قاطع على ان حرارة الشمس التي جففت فيها البلوزة كانت شديدة . وسبق ان اوضحت ان الحرارة الشديدة في الماء تسبب صفار لون الصوف الابيض وانكماش الصوف عموما . ومن الصعب ازالة هذه الظاهرة لان بلوزتك فيها خطان من اللون الكحلى في الحزام والاكمام

شريفة كمال :

اغسلي فستانك الدانتيل الابيض بماء دافيء ومذوب صابون مع الضغط الخفيف بين راحتي اليد في الغسل والعصر واجتنبي الدعك لانه يمزق الدانتيلا . ثم اشطفيه في ماء دافيء ثم في ماء بارد : واذا كانت الدانتيل من الحرير فاضيفي مقدار ملعقتين كبيرتين من ماء الصمغ الى ماء الشطف وذلك لتقوية الدانتيلا واعادة رونقها وصلابتها اليها : اما اذا كانت من القطن فتنشى في نشا عادي نسبته مقدار من النشاء المطبوخ الى ٨ اجزاء من الماء ثم يعصر بخفية ويلف في فوطة نظيفة ثم يكوى وهو مندى قليلا بمكواة متوسطة الحرارة وعلى الظهر

المشتركة ف.ز. مصر الجديدة :

كلمة مكمور : هي طريقة من طرق طهي الخضر ؛ ومعناها طهي الخضر مع اللحم والماء او البهريز في وقت واحد ، ويمتاز هذا النوع من الطهي بوجود صلصة كثيرة مع الخضار قد تساعد على كمية استهلاكه في العائلات الكثيرة الافراد بخلاف الخضر التي تطهى بطريقة التسبيك البطيء او ما يعرف بمعنى «الدقية او المسقعة» وكلمة مكمور ايضا معناها طهي الخضر مع البهريز او الماء بدون غيرها

اما بخصوص سؤالك الثاني فنحن نأسف لعدم اجابة رغبتك ويمكنك انت ان تكبري رسمة الكولة بالحجم والمقاس الذي ترغبينه .

نوال . صديقة بنت النيل :

سنجيبك الى رغبتك قريبا ان شاء الله

السيدة ف.ف المنصورة :

التورتة ذات الدور الواحد او الدورين لا تقدم في أعياد الميلاد بل تقدم فقط في حفلات العرس. اما حفلات عيد الميلاد فيقدم فيها اى نوع من انواع التورتات العادية المغطاة بانواع الحلوى المختلفة ويرص عليها الشمع بعدد سنوات الميلاد فاصنعي اى تورتة من التورتات التي سبق ان نشرتها في الاعداد السابقة وقد نشرت في هذا العدد تورتة شيكولاته يمكنك ان تعمليها وضاعفي المقدار واختاري صواني كبيرة اذا رغبت ان تكون التورتة ذات حجم واسع ، وزخرفيها حسب ذوقك واكتبي عليها «ميلاد سعيد» ورصي حولها الشمع

الى السيدة حرم م. عز الدين محمود

سنلبي طلبك في القريب العاجل هذا ويمكنك أخذ أي وحدة من وحدات الرسومات التي تنشر في صفحات التطريز وعملها على مفرش البيانو الذي تنوين عمله .

الى الانسة ج.غ.ف. بميت غمر

سنجيبك الى رغبتك قريبا جدا في صفحة « اصنعي ملابسك بنفسك والسبب في عدم السرعة في تلبية طلبك هو ان اخصائية بنت النيل في التفصيل تسير في دروسها على صفحات المجلة بطريقة تدريجية معينة .

ريري بأسوان

بخصوص سؤالك عن البهتان الذي حدث في قميص شقيقك الافرنكي .. فمع الاسف ان البقع التي تحدث نتيجة بهتان الالوان على بعضها من المستحيل ازالتها لا سيما اذا حدثت على أقمشة رفيعة ملونة مثل اللون الذي ذكرته .. وربما زالت هذه البقعة بمرور

الى ح. فكرى بالمنزلة

ارجعي الى عدد نوفمبر سنة ١٩٥٢ من مجلة بنت النيل تجدي طلبك .

دروس في التجميل

في نادي اتحاد بنت النيل

يسرنا أن نزف الى قارئات بنت النيل وصديقاتها بشرى قيام مندوبة اليزابث آردن بالقاء دروس في التجميل كل يوم أربعاء من الساعة الرابعة الى السابعة مساء في نادي اتحاد بنت النيل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ « الدور الثاني »

كيف تعنين بوجهك بنفسك

درس واحد يستغرق ثلاث ساعات تصبحين بعده اخصائية في التجميل، مقابل ١٢٥ قرشا ويشمل :

أولا ــ العلاج

ثانيا ــ المستحضرات الاساسية الثلاثة لاليزابث آردن . وهي ا) المقوى . ب) مزيل الماكياج . جـ) كريم مغذ

وفي أثناء الاستراحة تقدم اليزابث آردن الشاي والقهوة والبسكويت الخ ...

فسارعي بتقييد اسمك قبل موعد الدرس بأسبوع واحد على الاقل في نادي اتحاد بنت النيل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ **صباحا فقط** من العاشرة الى الساعة الواحدة تليفون ٤٠٦٨٤ و٤٩٦٦٨

والدرس الاول يبدأ يوم الاربعاء الموافق ١٠ مارس سنة ١٩٥٤ الساعة الرابعة تماما بعد الظهر .

بريد المشكلات

الام القارئة ن.م.د. :

الاعداد الاولى نفدت وبعض الاعداد الاخرى موجودة وثمن النسخة عشرون قرشا

● الى القارئة م.ت ــ مصر

لا تيأسي .. فالعلم يطلب من المهد الى اللحد .. حاولي الاشتراك في الجامعة الشعبية واهتمي بالمطالعة فالاطلاع هو أساس الثقافة وتحصيل المعارف .

● الى الانسة انشراح ــ القلل

يمكنك ما دمت حاصلة على الشهادة المتوسطة المذاكرة في البيت والتقدم الى أقرب لجنة لامتحان الثقافة مع طلبة المنازل .

● الى المواطنة الهام محمود عفيفي

اليك اسم كتاب لتعليم الانجليزية وهو جزآن

ESSENTIAL ENGLISH

كما يمكنك الانتساب الى الشعبة الانجليزية في الجامعة الشعبية ومصروفاتها خمسون قرشا في العام

● الى القارئة رقية محمود :

اتصلي بمدرسة المرأة الجديدة للتمريض وهي خلف قبة محمد علي بمصر القديمة .

بنت النيل
مجلة نسائية اجتماعية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبتها ورئيسة تحريرها
الدكتورة درية شفيق
الادارة : ٤٨ شارع قصر النيل ـ القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ ـ ٤٠٦٨٤
الاشتراك السنوي :
١٠٠ في مصر والسودان
١٥٠ في البلاد العربية
٢٠٠ في الخارج ، اوما يعادلها

زارت السيدة تحية كاريوكا دار بنت النيل ، وترى عند انصرافهـا فى حديث هام مع المحرر الفنى لبنت النيل .

* * *

الام الفنانة

◆ ينظم القسم الفنى بالمجلة مع اتحاد بنت النيل انتخـابا لاختيار « الام الفنانة » لعام ١٩٥٤ بين الفنانات الامهات ، وتعـلن فى العدد القادم تفاصيل هـذا الانتخاب .

* * *

المسرح الجامعى

◆ أصبح فى حكم المقرر ان تبدأ مباريات المسرح الجامعى بين جميع كليات جامعة القاهرة فى خلال شهر مارس الحالى بمسرح حديقة الازبكية كما تبدأ فى شهر ابريل المقبل مباريات بطولة الجامعات المصرية فى التمثيل على المسرح .

* * *

الغاء عيد رمسيس

◆ ينتظر الغاء حفلات عيد ذكرى مسرح رمسيس هـذا العام لظروف طارئة كما الغت جامعة القاهرة حفلة الاستقبال التى كان مزمعا اقامتها بالحرم الجامعى لهذه المناسبة .

أضواء على الفن ..!

عود الى الفرقة المصرية الحديثة ..!

يبدو أن كلمتنا فى العدد الماضى حول الفرقة المصرية قد أغضبت بعض أصدقائنا ، ولهذا نعود الى الموضوع ذاته مرة أخرى ، لاننا لا نفكر فى رضائهم أو غضبهم بقدر ما نفكر فى أن نجدهم يحققون النجاح الذى نرجوه لهم ومنهم .

ان مهمتنا ليست هى اطلاق البخور بالحمد والثناء والتصفيق لاصدقائنا الذين نحبهم ونعزهم ونحترمهم ، ولكن مهمتنا هنا هى أن نأخذ بأيديهم الى النصر الذى ينتظرهم ..

واذا كان أصدقاؤنا يريدون مزيدا من الكلام فاننا نقول لهم ان العمل فى الفرقة المصرية الحديثة مرتجل ، بدأ مرتجلا ونخشى أن ينتهى الموسم – ونحن على أبواب انتهائه – وهو فى سياسة ارتجال ..!

حقا ان مقاليد الامور فى الفرقة قد ألقيت بين يدى الاستاذ يوسف وهبى متأخرة ، وكان اللازم أن توضع المقاليد بين يديه قبل بداية الموسم بوقت كاف ليستطيع أن يعد موسما ممتازا منظما ينقذ الفرقة من هذا الارتجال .. ولكن هذا العذر وحده لا يكفى، لا يكفى فى تبرير عدم الانتظام فى برنامج الفرقة الذى اطلعنا عليه فوجدناه شيئا مطابقا لبرنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما ، ومع فارق واحد هو : أن برنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما كان أقوى وأعظم وأجمل وأدق من هذا البرنامج . كان الستار يرفع فى موعده حتى لتضبط ساعات المتفرجين على رفع الستار ... وكانت المسرحيات تقدم فى المواعيد والايام المقررة لها تماما لا أن تلغى المسرحيات بغير سبب وتتقدم وتتأخر بغير سبب ، ومنذ بداية الموسم الى الان لم تقدم الفرقة أى مسرحية جديدة فكلها قديمة مثلت منذ عشرات السنين اللهم الا القليل . سواء منها المقتبسة أو المترجمة .

موعد مع الحياة ...

ان الجمهور لا يهمه أن تعقد اللجان وتجتمع وتنفض وتقرر وترفض ، ولكن الجمهور يهمه أن يشاهد انتاجا وتقدما ووثبة حقيقية بالمسرح المصرى الحديث فى عهده الثائر الجديد .

هذا الكلام نقوله ونصر عليه لاننا نعلم أن الاستاذ يوسف وهبى قادر على تحقيقه وتحقيق العدالة بين أفراد الفرقة ، وأن يوسف وهبى أيضا عدو الارتجال والظلم فى العمل وأستاذ الدقة والنظام لاجيال من ممثلى مصر ..

وان الامال التى عقدت عليه فى وثبة المسرح المصرى كبيرة .. وهى أكبر من أن تعالج بالكلام وبالغضب ، فاغضبوا منا يا أصدقاءنا لاننا نحبكم ولاننا نعمل لنجد الامال الكبيرة المعقودة عليكم قد تحققت على أيديكم .

« ى »

الصبا .. يتحدى ..!

همسات فنية

قانون وآداب المسرح

علمنا أخيرا أن الصاغ كمال الدين حسين وزير الشئون الاجتماعية قد طلب من الفنيين فى الوزارة اعداد مشروع قانون بتنظيم دخول الاحداث الى الملاهى والمحال العامة •

ولقد سررنا كثيرا لهذه العناية من الوزير الشاب ، بأمر حقوق الاحداث الخلقية على مجتمعنا المصرى ، وهى العناية التى طالما طالبنا المسئولين فى العهود الماضية بأن يعيروا الاحداث عندنا شيئا منها •

قلنا اننا نريد أن يعرف جمهورنا أن دار التمثيل ليست هى المكان المخصص لقزقزة اللب والفول السودانى ، وأن دارالسينما ليست هى المكان المخصص لينقل اليه جمهور المتفرجين صنوف المأكولات معهم من الخارج كأنهم فى رحلة الى حديقة الحيوانات فى شم النسيم ••!

قلنا هذا وقلنا أكثر منه وانتظرنا من الدولة طويلا أن تعلم جمهورنا المتفرج كيف لا يضع أقدامه مثلا على المقاعد التى تكون أمامه ، وكيف لا يصل الى الدار متأخرا عن بداية الحفلات ليزعج الممثلين ويزعج جمهور المتفرجين •• وكيف لا يتحدث ولا يدخن ولا يجلس فى غير مكانه ••

قلنا أشياء كثيرة وانتظرنا لنرى كيف تأخذ الدولة عندنا بأيدى الجمهور الى المكان الصحيح •

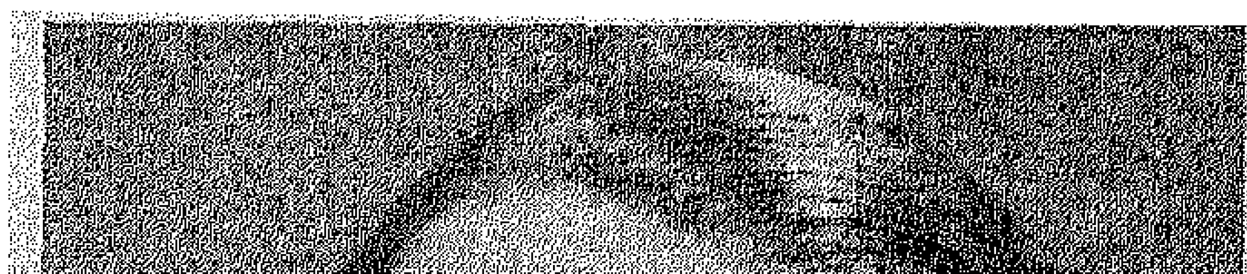
لهذا فاننا نستبشر خيرا بالمشروع الذى طلب الوزير الثائر اعداده ، ونوقن أنه خطوة ستتلوها خطوات فى بناء مجتمعنا الفنى فى مصر•

حلم ليلة مع الاوبرا الايطالية

شهدت دار الاوبرا المصرية في الايام الاخيرة فرقة الاوبرا الايطالية ، وللاوبرا الايطالية فى مصر مواسم عديدة ، ولهذا لم تعد دارنا غريبة على الفرق الايطالية التى تلعب أدوارها عليها منذ عشرات السنين •

تمنيت وأنا أشاهد الفرقة الايطالية أن أرى مكانها فرقة للاوبرا المصرية ، تستطيع أن تجذب القلوب والعيون والاسماع ، وتستطيع أن تنتزع اعجاب جمهور المشاهدين بأدائها وموسيقاها الحالمة الصاخبة الهادئة المجنونة التى تلعب بأنفاس المتفرجين فى الصدور •

كانت لنا أوبرا مصرية منذ ثلاثين عاما أو يزيد •• وكانت الاوبرا المصرية عندنا تستطيع أن تفوق أى لون من ألوان التمثيل التى تقدمها مسارحنا الآن فى مصر •• وكان شىء من العناية بأمر الاوبرا المصرية منذ ذلك التاريخ جديرا بأن يجعل منها اليوم الحلم الذى كنت أحلم به وأنا أشاهد هذه الفرقة الايطالية •



آمال وحيد

انسانة •• طيبة القلب •• لمع نجمها سريعا •• ولسبب خاص انطفأ نجمها سريعا أيضا •• وعادت بعد سنوات تلحق بالقطار السريع ..رياضية..تهوى الشطرنج وتهدف دائما الى.. قتل الملك !

المسرح الشعبى والتوجيه

ليست فكرة المسرح الشعبى فى الاصل هى تجميع بعض الفارغين والتسافهين بين الممثلين القدامى ــ ارضاء لخاطر زيدأوخاطر عمرو ، تجميعهم فى « شعب» تعمل علىحساب الدولة ، لتتقدم لجماهير القرى عن العاصمة بعض أشياء تافهة لا تنفع فى شيء!

ان رسالة المسرح الشعبى أسمى من هذا وأعظم ، انها مدرسة الجماهير حيثتكون مدرسة العلم والاخلاق والتربية والصحة والوطنية والمجتمع ، وانها وسيلة بث روح العمل والانتاج وطريق بعث الوعي القومى الصحيح بين صفوف الملايين •

ترى هل أصبح المسرح الشعبى عندنا محققا فعلا لرسالة الطبيعة المرجوة ؟

وهل تخلص المسرح الشعبى عندنا من آثار النفوذ والاستغلال، التى كانت ترفع الى خشبته صبيا لبقال أو عجانا من مخبز أو مساعد ترزيوغيرهم، ترفع هؤلاء الى خشبته كممثلين وممثلات وهم لم يعرفوا شيئا عن التمثيل ••؟

ان ادارة المسرح الشعبى يلزم أن تكون فى أيدى بعض الفنيين الحازمين ، الذين يستطيعون بخبرتهم واخلاصهم وحزمهم أن يجعلوا منه أداة الرسالة المنشودة •

أما زمان الفوضى والانتهاز فقد راح ، وقد آن للمسرح الشعبى ــ شأنه شأن أية رسالة شعبية ذات قيمة ــ أن يأخذ طريقه الصحيح ، واذا كانت رسالة هذا المسرح هى توجيه المحتاجين الى التوجيه •• فان الاولى به هو ذاته أن يجد لنفسه التوجيه السليم

يوسف فهمى

وقف هنيهة مترددا ، يتأمل موقفه، ويزن عواطفه، ويسأل مشاعره ، هل يعود أدراجه ؟

أيعود ادراجه ولم يعد يفصله عنها غير هذه الدرجات الثلاث ؟!! • درجات ثلاث لو قفزها ، لضم المرأة التى يهواها بعد برهة وجيزة الى احضانه ، فهل يعود أدراجه ؟! ..

لو انصت الى ذلك الصوت العميق الملح ، الذى انبثق من اعماقه وطفا الى سطح وجوده فعلمه الارق والسهاد فى الايام الاخيرة ، لعاد ادراجه ، ولكنه ما كان ليفعل وخلف الباب امرأة يهواها .. فقفز الدرجات الثلاث ، ودق الجرس ..

واستقبلته تماضر ، بوجهها الجميل المتألق ، وثغرها الباسم ، ومدت اليه يدا رخصة بضة فاحتواها بين راحتيه فى شغف وهيام ، ومال عليها فى رفق فقالت وهى تدفعه عنها ، وتهمس فى اذنه فى دلال .. كفى يا جمال ...

وانفلتت تماضر من بين يديه ، وارتكزت بمرفقها على ظهر مقعد بجانبه قلبه مباشرة .. قالت ..

ــ على ما استقر رأيك يا جمال ؟!

وجاءها صوته ، خافتا حزينا اسيفا ، بعد لحظة من صمت قال :

ــ سأنزل عند رغبتك يا تماضر وأطلق عصمت .. سأطلقها غدا .. رغم انى لم أر منها طيلة حياتى معها شيئا يغضبنى أو يشقينى ، لم أر منها غير التفانى فى حبى والعمل على راحتى .. وانني فى لوعة حبى لك ، وحرقة أسناى عليها ، أتساءل ... أما استطيع أن اكون زوجا لامرأتين .. انت وهى ... و ... وبتر صوتها المسلول حديثه قالت :

ــ لقد انتهينا من بحث هذا الأمر يا جمال .. اما أنا وحدى ، واما هى وحدها ... ثم أنا لا أرغمك

وركز جمال عينيه فى وجه تماضر ، وقد انعكست الانفعالات العنيفة التى تصطخب فى داخله على وجهه ثم قال .. سأطلقها ياتماضر غدا .. سأطلق عصمت .

و .. وبتر حديثه صوت طرقات على الباب ، ودخلت الخادمة وسلمت سيدتها خطابا معنونا باسم جمال .. قالت أن سيدة مقنعة قد سلمته اليها منذ لحظة .. وارتسمت الدهشة على وجه جمال ونظر الى تماضر يسألها بعينيه ، سؤالا صامتا .. من السيدة ؟.. من تلك المجهولة التى عرفت مكانه ، وعلمت بسره ؟...

واعطته تماضر الرسالة وأشارت اليه أن يفضها ويقرأها ، ففضها بيد غير ثابتة ، وابتدأ يقرأ ..

زوجى الحبيب ..

لعل هذه الرسالة التى بين يديك الان ، هى اعجب رسالة كتبتها امرأة الى زوجها .. ذلك لأنى ادعوك فيها الى احضان امرأة غيرى ..

نعم يا رجلى الحبيب .. ادعوك اليها لأنى ارى فى ذلك سعادتى ، فسعادتى فى الحياة ، استمدها من سعادتك انت يا توأم القلب ، والهناء الذى انشده خالصا لنفسى ، هو أن أراك سعيدا بدنياك ، حفيا بحياتك ..

منى النفس .. عنـدما جلست لأكتب لك هـذه الرسالة ، كان على أولا ان أضع أعصابى فى قمقم من تلك القماقم التى كانوا يحبسون فيها جن الأساطير، ويغلقونها عليها ، تجنبا لبدواتها وعبثها الرهيب .

معذرة .. فأنا امرأة .. وامرأة تحب ، فلابد للقلم أن يرتعش بين أصابعى وهو يجرى لاهثا على الورق ، بتلك الكلمات الرهيبة ، التى يهتز لها كل عصب من اعصابى ثورة وحنقا ، على تلك المرأة التى ادعوك اليها ، والتى سلبتك منى .. يا أعز ما أملك ...

ولعلك تتساءل ، كيف عرفت سرك ، وعلمت بهواك ؟..

رفعت ذراعى فى وهدة احدى الليالى ، وحمى الرغبة الى ضمك تصهرنى حنانا وحبا ،اردت لرأسك متكأ لينا هو ذراعى ووسادة حانية عطوفا هى صدرى ، ولكنى احتضنت الفراغ !! وقفزت فى فراشى قلقة مضطربة ، أبحث عنك ببصرى فى انحاء الحجرة ، فوجدت السكون مطبقا على كل شىء ، وأشباح قطع الاثاث ساكنة كأنما هى مردة قد اشير عليها بعصا سحرية ، وانتابنى الرعب، وقمت من فراشى أبحث عنك فى انحاء البيت فلم أجدك !!...

وعدت الى مع الصباح مبتل الثياب بماء المطر ، محموما ملتهب الجبين .. لم أسألك أين كنت .. وما جدوى السؤال وانت لم تكن تعى ما تقول ، ولم تكن تلفظ بغير كلمة واحدة .. تماضر .. تماضر .. من هى تماضر ؟!..

وعلمت من هى تماضر ، يوم سمعت قصة غرامكما من فم ابنة خالتك سعاد .. سعاد تلك المرأة التى لا ترتاح الى سعادتنا .. امرأة حسود كانت تريدك فى يوم من الأيام زوجا لها .. امرأة كابدت مرارة الحرمان منك، ومشقة البعد عنك فانقلبت حربا على هنائك وهنائى . وما كان اسعدها يوم سألتها من هى تماضر .. ومن تكون .. وما غابت الا يوما واحدا ثم أتت الى بالقصة كلها !...

التقيت بتماضر فى احدى الحفلات الخيرية ، ورأيتها تبيع الزهور متطوعة ، ورأيت فى عينيها ما ملأ قلبك بالعطف عليها ،فسألت من هى .. فعلمت انها امرأة حديثة العهد بالترمل، وأن زوجها كان عضوا عاملا بالجمعية ، وانها ابت أن تستسلم للحزن وأبت الا ان تسهم بمجهودها فى نجاح الحفل الذى وضع زوجها برنامجه قبيل وفاته بأيام قلائل فأكبرت فيها شجاعتها ، وتقدمت اليها معزيا مثنيا على روحها العالية .. والتقيت بها بعد ذلك مصادفة فدعوتها الى تناول الشاى معك . وأنا اعتقد انك لم تكن تريد من وراء ذلك سوى التخفيف عنها ومواساتها ، ولكن الامر تطور الى غير ما كنت تنتظر .. انقلب اللقاء العابر الى لقاء ضربتما له موعدا ، وانقلبت المواساة الى عطف وتطور العطف فاضحى غراما .. وخيرتك تماضر عندما عرضت عليها ان تتزوجها ، خيرتك بينى وبينها ... آه .. ما كان أقساها .. وتغيرت احوالك ، ذلك التغير الذى كنت أعزوه الى أشياء أخرى فلم يكن يخطر ببالى قط ان هناك امرأة أخرى .. حتى كانت تلك الليلة التى نبا بك مضجعك فيها ، وقد اصطرعت فى نفسك الرغبة اليها ، واعتورك نوع من جنون الهوى ، فغادرت فراشك الدافىء ، اليها ،

الى الليل القاتم الغريب ، والى السماء التى كانت تهمى بمطر غزير والى البرد القارس .. ولكنك ما كنت لتبالى .. لا بالمطر ولا بالبرد ولا بالليل الموحش.. فقد كان خيالك ملتهبا بصورتها .. فلم تعد تحس الا بها ..

ولكنك عدت من عندها بخفى حنين ، ولعلها لم تشأ ان تستقبلك فى نصف الليل !

وتلقاك فراش المرض وقد سقطت صريعا بين براثن الحمى ..

ومن خلال هذيانك نبعت ذكرياتك معها .. نبعت فافرغت قتامتها فى روحى ، ورشقت سهاما دامية فى قلبى ، وانا مشدودة الى فراشك ، تطحننى اناتك ، وتضمنى اللهفة عليك ضما عنيفا مرهقا ، استمع فى تنهدات الليل ، الى نداء باسمها ، انسكب فى قلبى كجمرات من لظى ،جمرات بلون الدم ، صهرت كيانى كله ، وعصفت بكرامتى كامراة وزوجة ، وجعلتنى انتفض مذعورة خائفة ،

عندئذ ، أدركت ان سماء حياتى الزوجية ، قد غرب نجمها فى افق بعيد ضائع ، لا يرتد النجم عنه أبدا ، أن تلك النسمات القليلة الباقية فى حياتنا معا. ما هى الا خفقات الشمس لحظة تهوى الى أحضان الافق المجهول . واحسست بمشعل ارتباطنا الزوجى ، يومض ومضات الاحتضار ، ويحرق فى احتضاره كل معنى يحمله ذلك الرباط المقدس الذى يجمعنا ، بعد أن انفصمت وشائج الحب بيننا ..

وتمثل لى زورق حياتنا الزوجية ، وهو ينساب فى بحر الحياة هادئا ، حانيا ، حتى استوت تلك المراة على الافق البعيد ، تناديك نداء خفيا اثيريا ، لم انتبه اليه ، وتجذبك الى دنياها جذبا سحريا لم اكن احس به حتى رايتك تترنح فى الزورق وتتخبط فى بحر الحياة بين يدى من أخذتك منى .. واها لقلبى !

وانتشلتنى اناتك من ذكرياتى فاذا بى معلقة فى فراغ الوحشة ورأيتك تعانى وطاه الحمى فطلبت من الله ان افتديك بحياتى .

طلبت منه ان افتديك بحياتى وانا اسمعك تهتف باسمها ، اسم التى سلبتك منى ، هتافا ملحا ذليلا ، تناديها به فى لهفة العاشق ، نداء حارا دافقا ، سرى على مسرى حلم سقيم فى حلكة نهار لا يبدده فجر قريب .

وركعت بجوار فراشك ، عابدة بتولا ، ابتهل فى ضراعة الى الله ، ان افتديك بحياتى ، أن يأخذنى بدلا منك ، فانت أمامك المستقبل الباسم ، والمراة التى تهواها ..

اما أنا يا جمال ، فلا ارى الدنيا الا من خلال عينيك ، ولا أتنسم الحياة الا من اجلك ، ولا اعيش الا لك ، فان فقدتك فقد ران على قلبى صمت . . الموت !!.

واستجاب الله لدعائى وشفاك .. استرددتك فى اللحظة التى اضطرب فيها نجم حياتنا على الأفق ثم هوى فى مسرى شعاع قتلت قلبى فيه راضية ، لانى رأيتك تسعى الى هنائك ونعيم حياتك ، تسعى اليها ، الى تماضر ، فى اليوم الأول الذى غادرت فيه فراش مرضك ..

فرأيت ان اكتب ، ابتهل اليك ، الا تطحن سعادتك فى رحى حياتنا الافلة ..

اما أنا .. أنا يا منية النفس ، فسوف استنبت من العدم حياة ، واعتصر من مرارة الصبر ، حلاوة الأمل، وارتشف من ينبوع الحرمان قطرات ضليلة ، اسكبها علي روحي اللهفى ، فأحس لذة الصادى ، عندما تمس شفتيه علالة ماء ..

والبعاد يا جمال ، كما قال « شيللى » يخمد العواطف الصغيرة ، ولكنه يلهب المشاعر الكبيرة ... وأواه .. انى لقلبى ان يصبر !.

ولكنه الوداع ، وأنا اخط اليك كلماته الاخيرة ، يترامى الى من بعيد صوت مطرب عاطفى فى اغنية احببناها سويا ، فلا يعلق بقلبى من كلمات الاغنية ، الا كلماتها العذبة المعذبة .. من يوم ما فاتنى وراح ، شدو البلابل نواح.. والورد لون الجراح ..

جراح القلب المعذب ،التى يلطف من آلامها ، تلك الأحلام السعيدة التى أعيش فيها لحين مولد طفلنا الاول الذى احمله الان فى احشائى. سيكون صورة منك ، لاننى كنت شغوفة بالنظر الى وجهك الجميل دائما ، فأرى فيه سعادتى معك التى فقدتها ، قد أشرقت من جديد فى بسمة طفولته البريئة الطاهرة ..

انا اعرفك تحب الاطفال حبا شديدا يملك عليك أحلامك كلها ، واعرف انك تتلهف الى الولد ..وسوف أهبك هذا الولد ، رغم ان مجيئه سيكون فى أيام من الحياة قاتمة ، لهذا استحلفك بالذى اودعت سر وجوده فى كيانى الصغير، استحلفك أن تبقى على رباط الزوجية ، فلا تفصمه ،ونحن علي وشك ان نكون لأول مرة ، أبا وأما !!.. وأقسم لك انك لن ترانى أبدا ، لو اردت ذلك ، فقد اخترت من بعدك الوحدة لى رفيقا، ارعى فيها ذكريات حلوة لأيام سعيدة خلت ، عشتها معك ، تحت عينيك الجميلتين ..

والان وداعا يا جمال ، وداعا لن اسفك فيه دمعة واحدة ، وداعا يا أجمل ذكرى فى حياتى ، وداعا يا الف الروح وتوأم القلب.

زوجتك

عصمت

وطوى جمال الرسالة ، وقد اغرورقت عيناه بالدموع وهمس وقد هزه النبأ وملك عليه كل مشاعره ، عصمت حامل يا تماضر .. سأكون أبا .. أبا يا تماضر. تصورى .. سيكون لى ولد يناديني بصوته الملائكى الحلو .. بابا .. بابا .. وهمس لنفسه ، عصمت يا أم ابنائى ، عصمت يا توأم القلب والف الروح ... غفرانك ، فديتك أنا بحياتى .. فديتك يا عصمت ... يا أم ولدى .

وانتشله صوت تماضر من خواطره السعيدة قالت له :

ـ هل سيغير هذا النبأ ما استقر عليه رايك بشأن الطلاق ؟!

فلم يجبها ، بل نظر اليها نظرة غامضة مبهمة لم تفهم لها معنى .. ثم استدار وأولاها ظهره ، واندفع يريد الباب .. فنادته تماضر .. جمال .. جمال .. ولكن الباب كان قد غيبه وارتد اليها نداؤها الملهوف حزينا كسيفا ، فادركت انه الوداع .

وهزتها الصدمة هزا عنيفا ، فزحفت الى مقعد قريب ، والقت بنفسها عليه محطمة مهدمة ، وقد ساحت دموعها على وجنتيها ، وهتفت هامسة من اعماق قلبها ، وهى تنظر الى الباب الذى غيبه. الوداع يا جمال

جلال مكاوى

ستوديو مصر يقدم
أقوى من الحب
فيلم أقوى من الحب
عواطف ملتهبة
غرام عنيف..!
فكرة
إنسانية
رائعة
مديحه يسرى
عماد حمدى
بالاشتراك مع
المطربة
شادية
إخراج: عز الدين ذو الفقار
توزيع: شركة النيل للسينما
حاليا بسينما ستوديو مصر بالقاهرة وريتس بالاسكندرية

ثمرة جهود ناجحة
في أكثر من ٦٠ عاما
سيجارة
معدن ممتاز
أكمل ما وصلت إليه صناعة السجاير المصرية
إنتاج
شركة كوتاريللي
MADEN SUPERIEUR
فلتر بالفل
MADEN SUPERIEUR
فلتر أبيض
MADEN SUPERIEUR
سادة
صناعة مصرية
TRADE MARK
Maden supérieur
معدن ممتاز
CIGARETTES COUTARELLI
ALEXANDRIE
EGYPTE
FILTRE LIEGE